



## こんな症状、ありませんか？！

私たちがリフォーム等の依頼を受け、工事に入りますとこの様な症状をよく見かけます。これは、**中途半端な断熱施工、中途半端な気密化が原因**です。あなたのお家も気が付かないうちにこの様に躯体が脅かされている可能性も、、、中途半端な省エネ、断熱施工は危険です！**カビ、シロアリの発生**となります。絶対にやめましょう！



## 『結露を抑えるには？』

冬になると窓に結露が発生してしまい、毎日ふき取らなくては。なんてことがありますよね。窓に水滴がついたまま放置しておくとかびが発生し、アレルギーなど健康被害の原因に。このようにならないためにも結露は抑えたいものです。結露の主な要因は、外気温と室内の温度差。外気で窓の温度が低くなり、室内の空気中の目に見えない水蒸気が飽和状態になり、窓に触れると結露します。外気を室内側に伝えにくくして、窓の周辺の温度の低下を抑えることで結露の発生を抑えることができます。

◆断熱性の高い窓にする・・・複層ガラスなど断熱ガラスは、外気の冷たさを室内側に伝えにくくし、窓や窓枠の表面温度を下がりやすくすることで結露が抑えられます。リフォームの場合は、内窓を取り付ける方法もあります。

◆家そのものを断熱化する・・・家の断熱材は、窓同様に外気の冷たさを室内側に伝えにくくするとともに、建物の温度が下がりにくくなります。

◆空気を循環させ、窓付近の温度低下を軽減する・・・暖かい室内でも窓付近の温度は低くなります。扇風機などを利用して、部屋の中の空気を隅々まで循環させることで窓付近の温度低下が軽減されます。

新築住宅の場合は、24時間換気が義務付けられています。しかし、気密性が低い家の場合には空気の流れにムラができ、部屋の隅まで空気を行き渡らせることが難しくなります。対して、気密性の高い家は、断熱効果を高めるとともに、計画的に換気を行うことができ、空気のムラを少なくします。新築住宅を建てる場合は断熱性だけでなく、**気密性能**がどうか。ということをしっかり確認しておきましょう。

## 今月のレシピ 『春菊とにんじんと油揚げのごま和え』（2人分）



- ◆材料 春菊 50g、にんじん 3cm、油あげ 1/2 枚  
(A) かつお出汁 2/3 カップ、みりん 大さじ1  
しょうゆ 大さじ1  
(B) すりごま(白) 大さじ2、砂糖 小さじ1  
しょうゆ、小さじ1

### ◆作り方

- ① 春菊は葉を摘み取る
- ② にんじんは 1cm 厚さに切って薄切り。油揚げは 2cm 角に切り熱湯を回しかける
- ③ 鍋に (A) と②を入れて煮立ったら弱火にし、煮汁がなくなるまで混ぜながら煮る
- ④ ③に (B) と①を加えて和える

『ニキビよくならぬ夜のNG習慣4つ』  
(3) シャンプー&リンスの順番  
顔を洗った後にシャンプー&リンスをしている人、要注意です。シャンプーやリンスをシャワーで洗い流すと、顔や体に石系の界面活性剤が残ってしまいます。結果、毛穴を詰まらせニキビができたり、強い洗浄成分で肌がごわつき乾燥ニキビが出ることもあります。  
シャンプー&リンスは、顔や体を洗う前にするよう心掛けてください。

◆私どもトリヤベ住建では水まわり、外壁・塗装工事、屋根工事、網戸の張替え、庭先の改修工事、防音工事、白アリ駆除リフォーム全般、新築。に関するお家のことなら何でもご相談に応じます。お気軽にお声をおかけ下さい。また、当社ホームページからでもお問い合わせができますので是非ご利用ください。



アソビエクラフ

株式会社 トリヤベ住建

046-267-8270 大和市福田 662-8



QRコードで読み取ってね！