



【相模原 W 様邸 リフォーム工事】



築48年の建物を7月から全体的なリフォーム工事を開始しています。当初はスーパーウォールリフォーム（断熱リフォーム）を検討し、家宅調査を行いました。床下の高さ不足があり、残念ながら補助対象外となりました。お客様と相談し、今回は構造補強しながら開口部を見直し、まずは屋根・外壁からの工事です。約2か月ほどの工期をかけて各箇所への工事を進めていきます。

ウイズコロナの熱中症対策

夏、熱中症シーズン。そして、コロナウイルス感染症もまだまだ収まりのしない状況です。熱中症対策は「新しい生活様式」による対策となります。つまりウイズ・コロナ熱中症対策です。

・マスクの着用

マスク着用は心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度の上昇と身体に負担が掛かります。よって屋外では少なくとも2m以上の人との間隔が確保出来れば、マスクを外す工夫もしてみましょう。

・エアコンの使用

熱中症の予防ではエアコンの活用は常識です。しかし「新しい生活様式」では冷房時でも窓の開放や換気扇による換気が必要となってきます。換気により室内温度が上がりますので、エアコンの温度を上手に設定する必要があります。

・涼しい場所への移動

少しでも体調に異変を感じたら速やかに涼しい場所へ移動しましょう。人数制限等により屋内施設等に入れない場合は屋外の日陰や風通しの良い場所へ移動しましょう。（水分補給も忘れずに！）

・日頃の健康管理

「新しい生活様式」では毎朝等の体温測定、健康チェックが必須です。これは熱中症予防にも有効です。体調が悪いと感じた時は無理せず自宅で静養しましょう。

この他にも熱中症に掛かりやすい高齢者、子供、障害者への細心の注意と積極的な声掛けも求められています。



今月のレシピ 『しし唐辛子とじゃこのさっと煮』（2人分）



- ◆材料 しし唐辛子 12本  
ちりめんじゃこ 20g  
(A) しょうゆ 小さじ2  
料理酒 1/4カップ  
みりん 小さじ1

◆作り方

- しし唐辛子はへたを取り、縦に小さな切込みを入れる。ちりめんじゃこは、ざるに入れて熱湯をかけてふやかす
- ①を鍋に入れて(A)を加え、強火で5分ほど煮る

- 『食べ物の違い③』
- ◆賞味期限と消費期限の違い
  - ◆賞味期限はおいしく食べることができる期限
  - ◆消費期限は安全に食べられる期限
  - ◆懐石料理と会席料理の違い
  - ◆料理の目的で分類される
  - ◆懐石料理は、お茶を楽しむ料理
  - ◆会席料理は、お酒を楽しむ料理
  - ◆野菜と果物の違い
  - ◆野菜は、一年草（まれに二年草）の草本性植物
  - ◆果物は、多年草の木本性植物
  - ◆バターとマーガリンの違い
  - ◆原材料で分類される
  - ◆バターは乳脂肪
  - ◆マーガリンは植物油脂

◆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。



アソビエクラブ

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!