

『かわら版』

第181号
 <発行>
 (株)リヤベ住建
 046-267-8270



『白髪を絶対に抜いてはいけないワケ』

ふと鏡を見た時に、髪の毛の中に細く白いもの。白髪発見！つい抜きたくありません。しかし一本でもその白髪、抜いてはいけないかもしれません！白髪は一本抜くごとに、1つ老化が進むといっても過言ではないとか。今回は、「絶対に抜いてはいけないワケ」をお伝えします。

■「白髪を抜くと」増える「は都市伝説」

「白髪を抜くと増える」って聞きますね。実は科学的に根拠のない迷信。白髪は、髪の毛の根元でメラニン色素をつくる『メラノサイト』の機能が低下して、黒色の素となるメラニン色素が減少・消失することが原因なので、白髪を抜いても増えることはありません。だったら抜いてもいいのでは？と思うかもしれませんが、抜いてはいけない理由が他にあるのです。

◇「白髪を絶対に」抜いてはいけない「3つの理由」

(1) 薄毛の原因に

髪を抜くと毛根の部分に白い塊がついてくることがありますね。

これは「未角化の毛」といいます。生まれたての毛で、

いわば「赤ちゃん髪の毛」です。

これを何度も抜いてしまうとその奥にある

「毛母細胞」がダメージを受けます。



髪の毛は1つの毛穴から2〜3本生えているので、1本を抜くことにより同じ毛穴の他の髪を痛めることに繋がります。

つまり、たった1本であっても、影響は他にも確実に及びます。そして、髪を無理に抜くことは他の毛穴にも重大なダメージを与えることは否定できなく、周辺の髪の毛が抜けやすくなってしまいうつも。

(2) 顔の皮膚がたるむ

白髪を抜くことにより、何と顔の肌にも影響が出てきます。頭と顔の皮膚は一枚で繋がっていますので、頭皮がたるむと、顔の皮膚もたるんでしまうのです。

つまり、無理に髪の毛を抜いたりして頭皮にダメージを与えてしまうと、そのダメージが顔に及んでしまう恐れさえあるのです。

(3) 皮膚の病気にかかる

薄毛、たるみその他に、皮膚トラブルに繋がる場合もあります。白髪を抜くと頭皮や毛細血管を傷つけてしまうので、頭皮が炎症を起したり、ぽっかり空いた毛穴に雑菌が入って感染系のトラブルに繋がることも。頭皮で感染してしまうとその影響が顔に及びことも稀ではありません。このように、1本くらいなら抜いても平気」と思っている重大な



トラブルを引き起こす原因となることもあります。白髪は見つけたら抜かずに「切る」か「染める」かの方法で目立たなくしましょう。

最近では、マスカラタイプやファンデーションタイプの白髪隠しがあるので上手く活用してはいかがでしょうか。

長寿の祝い

- 還暦(かんれき).....61歳(数え年)
六十年で再び生まれた年の干支に還るところ
- 緑寿(ろくじゅ).....66歳(数え年)
六十五歳は現役世代と高齢世代との節目の歳であり、新たな社会生活への参画を促すスタートライン
- 古希(こき).....70歳(数え年)
唐の詩人、杜甫の読んだ「人生七十年古来稀なり」が由来
- 喜寿(きじゅ).....77歳(数え年)
「喜」の字を略すときに七が重なるので七十七歳でお祝いをする
- 傘寿(さんじゅ).....80歳(数え年)
「傘」の略字が八十に見えることからこの名がついたもの
- 米寿(べいじゅ).....88歳(数え年)
「米」の字が八十八から出来ていることから米寿となり「米の祝い」とも言われている
- 卒寿(そつじゅ).....90歳(数え年)
「卒」の俗事「卒」が九十に読めることからこの字がついている
- 白寿(はくじゅ).....99歳(数え年)
「百」の字から一をとると「白」となり、百の字から一を引くと九十九になることからこの名がついた

【断熱リフォームの提案】 日本の家の90%が現在の省エネ基準に満たない住宅です。補助金対応で実現！ “スーパーウォールリフォーム”

現在の省エネ基準に満たない住宅が
日本の家の90%を占めています。

国内のエネルギー事情や地球温暖化対策として、新築住宅の省エネ化、2014年を目途に、国を挙げて取り組んでいます。一方で、現在の省エネ基準に満たない、古い断熱性能の既存住宅が全体の90%を占めており大きな課題に、それらの住宅は、省エネだけではなく「冬の寒さをガマンしている」という暮らしの問題も抱えています。

断熱性能の低い住宅における、暮らしのリスクとは
 断熱性能が低く、夏冬の寒暖差が激しく、室温が安定しない住宅に住み続けると、健康被害やアレルギーのリスクが高くなります。また、結露によるカビや、建物の劣化にも繋がります。

断熱性能の低い住宅のサーモグラフィ画像
 画像中央の赤い部分の温度が高いです。赤い部分が多いほど断熱性能が低いことがわかります。

現状では断熱性能の低い既存住宅が多いため、
リフォームによる断熱性能の向上が求められています。

01 リフォームで高い断熱性能を実現 気密性能にもこだわります

健康・快適な暮らしのために、トップレベルの断熱性能・気密性能を目標に、SWリフォームバネルや天井・床・開口部断熱などのリフォームで高性能住宅を実現します。

既存の外壁はそのまま外張り断熱
 ※カバー工法リフォームの場合

SWリフォームバネル (省エネリフォーム補助金対象)
 断熱率 **0.019 W/mk**

断熱材区分	断熱率 W/mk	対応工法
F	0.019	SWリフォームバネル(省エネリフォーム補助金対象)
E	0.025以下	フェルトフォーム断熱材(省エネリフォーム補助金対象)
D	0.028-0.033	断熱材の吹き付け断熱材(省エネリフォーム補助金対象)
C	0.034-0.039	断熱材の吹き付け断熱材(省エネリフォーム補助金対象)
B	0.040-0.046	断熱材の吹き付け断熱材(省エネリフォーム補助金対象)
A2	0.046-0.041	断熱材の吹き付け断熱材(省エネリフォーム補助金対象)
A1	0.050-0.046	断熱材の吹き付け断熱材(省エネリフォーム補助金対象)
A-1	0.052-0.051	断熱材の吹き付け断熱材(省エネリフォーム補助金対象)

03 住まいながら可能なカバー工法リフォームと大規模なスケルトンリフォームに対応

SWリフォームは、住まいながら断熱改修が可能なカバー工法リフォームはもちろん、大規模なスケルトンリフォームにも対応可能です。

カバー工法リフォームの場合

外張り断熱ではカバー工法で、現在住んでいる住宅を解体することなく断熱改修を実現、住まいながら断熱性能向上のリフォームが可能です。断熱改修した住宅でも、家の中の断熱材を撤去できます。

既存外壁に通気層があってもカバー工法が可能
 既存住宅に施工される断熱材(断熱材)は、その構造層(断熱材)と「透気性シート」でカバーすることにより、透気性を確保しながら断熱性能向上を実現します。また、断熱材の撤去も可能で、断熱性能向上を実現します。

スケルトンリフォームの場合

断熱材の内装、設備など、住まいの生活を一新するスケルトンリフォームにおいても、外張り断熱を施した断熱改修で、高性能住宅を実現。一年を通して、健康・快適な暮らしを支えます。

マイホームを考え始めたけど、何から手をつけていいかわからない事ばかり。そんなお悩みをお持ちの方必見!!

オンライン ZOOM 家づくり教室! 家を建てる前に勉強しよう!!

日時:5月14日(日) 10:30~12:00 **参加費無料**

家づくり勉強会 [4教科 各約10分] お申込締切日 **2023年5月13日土**

最新、建築用語の説明 補助金、地震に強い家 お財布にやさしい省エネ住宅
ご家族様を守る健康な家づくり
大事な家をダメにする結露のお話し

ZOOMで行いますのでパソコン又はタブレット又はスマホをご用意ください
★お申込はメールにてお願いいたします。

toriken7@jcom.home.ne.jp

株式会社 トリヤベ 住 建

大和市福田662-8
TEL:046-267-8270 FAX:046-267-8271

主催/横浜スーパーウォール会
協賛/LIXIL ご予約・お問い合わせお待ちしております。

柏倉建設株式会社 有亀井工務店 有相馬工務店 大栄建設株式会社 株式会社トリヤベ住建
株式会社ネタテ住建 株式会社建築のひら木 山登土地開発株式会社 株式会社渡辺工務店

5月14日(日)「家づくり教室」開催

ご好評をいただいております「家づくり教室」のご案内です。
今、家づくりを考えている方、そして将来いつかは自分の家を考えている方、**必見**です。一生に何度もない家づくり、失敗はできません。人生で一番高価な買い物です。建ててから後悔をしないためにも家づくりについて一緒に勉強しませんか。神奈川県内の工務店の社長さんたちが講師となり、分かりやすく授業をします。
難しい建築用語(例:ZEH、他)の説明、補助金の話、そして、**家づくりに於いて最も重点を置くべき点は? 大事なことは?** などなど、皆さんに分かりやすい言葉でお伝えいたします。
ZOOMでの開催なのでわざわざお家から出ることなく参加できます。参加ご希望の方は詳細をご説明致します。ご連絡お待ちしております。
046-267-8270(担当:鳥谷部)
ホームページ問い合わせからでもお受け致します。

LIXIL

「窓断熱リフォーム」が補助金でお得に!
先進的窓リノベ事業

補助金	大	中	小
内窓設置	84,000円	57,000円	36,000円
外窓交換	124,000円	92,000円	62,000円

最大 **200万円** 補助金で
お得に!

補助金活用するなら **窓だけじゃもったいない!**

窓も一緒に、住まいまるごと断熱のチャンスです!

最大 **500万円** 補助金で
お得に!

「まるごと断熱リフォーム」なら2つの補助金活用で、さらにお得に!

先進的窓リノベ事業
次世代省エネ建材の高性能事業

最大 **500万円** の補助金で
お家が新築トップレベルの
快適さに生まれ変わります。

窓断熱はとても効果的!しかし...

窓の面積は、熱が逃げる総面積の約10%に過ぎません。

窓断熱は、逃げる熱を大きく削減し、お部屋の断熱性を効果的にアップすることができます。

だから **まるごと断熱で家全体を性能改善!**
「まるごと断熱リフォーム」は部屋間の温度差をなくします。

ヒートショックのリスクを軽減
ヒートショックが起こるメカニズムはお部屋間の温度差

部屋間移動へ入浴に伴う血圧変動
入浴時以外でも部屋間の温度差で危険!

室温から低下、トイレの温度差も、急激な血圧変化をもたらすヒートショックリスクを高める。

室温 10℃ 室温 8℃ トイレ 8℃
室温 18-21℃

家一棟、まるごと断熱リフォーム
をすすめます!

最大 **500万円** の補助金を使って

『窓断熱リフォーム』で補助金!

日本の90%は省エネ住宅の断熱基準以下!
高度成長期に人口が増え、家が足りなくなったことから断熱のことは考えず、家づくりが盛んに行われてきました。未だ7割の住宅が断熱性能の低い家とされています。18℃を下回る家では脳卒中、心筋梗塞などの病気にかかりやすいという結果が出ています。断熱性能が悪い家では健康被害もあり、光熱費の負担も多くなります。断熱というと冬の寒さだけに効果があると思われやすいですがそれは間違いです。断熱性能が良いと夏場の日射が入りにくく、家の中での熱中症防止にも効果があります。断熱リフォームで快適な住まいに。詳細は弊社までお問い合わせください。

今月のレシピ 『たけのこと豚バラ肉の煮物』(2人分)

◆材料 ゆでたけのこ 1本、 豚バラ肉(かたまり) 200g
木の芽 少々 練りからし 少々
(A) かつおだし 1カップ、 しょうゆ 大さじ2と1/2
みりん 大さじ2と1/2、 砂糖 大さじ1/2

◆作り方

- たけのこは一口大の乱切り、豚肉は4cmの角切りにする
- 豚肉を(A)で煮る。途中アクを取り除き、煮汁が半分くらいになったら、たけのこを入れ、落とし蓋をして煮含める
- 器に盛りつけ、木の芽を天盛りにし、練りからしを添える

『食べ物の違い⑩』

◆糸こんにゃくとしらたきの違い

◇作り方で分類される

- ・こんにゃくを細切りにして作ったのが糸こんにゃく
- ・こんにゃくをところてんみたいに細く押し出すように作ったのがしらたき

◆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。

株式会社 トリヤベ 住 建

046-267-8270
大和市福田 662-8

