# 健 康 創 造 住 宅 ニュース

２００８年　９月号

## 1.もしかしてアナタはドライアイ？

まだまだ残暑が厳しい毎日ですが、朝晩は涼しく感じられるようになってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすい為、みなさん気をつけましょう。さて、私はパソコンに向かっての作業が多く、眼が乾いて不快感を感じることも多いのですが、みなさんはいかがでしょうか？疲れ眼の原因として注目を集めているのが、眼の乾きドライアイです。アナタの眼は大丈夫ですか？
今月は、『もしかしてアナタはドライアイ？』を紹介いたします。

### ■ 眼の不快感はドライアイが原因？

眼が疲れやすい、何となく眼に不快感を感じるという人が増えています。テレビやパソコンなどに囲まれ、眼が酷使される現代では、疲れ眼など眼に不快感があると仕事だけではなく日常生活でも大変不便を感じます。眼の不快感は、実は眼を使い過ぎた為ばかりではなくドライアイが原因かもしれません。ドライアイは気がつきにくく、放置しておくと眼病につながる為、早めに専門医に診てもらいましょう。

### ■ なぜ眼は乾くのでしょうか？

涙は泣く時以外にも普段 少しずつ出ていて、眼の保護や栄養分･酸素の供給、ゴミ･細菌の侵入を防ぐ働きをしています。この涙が乾くと、角膜の上にドライスポットという穴があいてしまいます。通常はすぐに涙がおおい、やがて穴は塞がっていきますが、一定以上涙が減り続けると穴は残ったままとなり、最も傷つきやすい角膜が露出してしまいます。また、眼全体に涙を行き渡らせてくれるのが瞬きですが、パソコンなどを凝視すると、瞬きは通常の1/4になってしまいます。

### ■ アナタはドライアイ？

下の項目で長期にわたって当てはまるものが5つ以上あれば要注意です！眼を乾燥させないよう目薬などでケアしたり、専門医に診てもらうことをオススメします。

①眼が疲れやすい
②めやにが多く出る
③眼がゴロゴロする
④眼が乾いた感じがする
⑤眼が重たい感じがする
⑥何となく眼に不快感がある
⑦眼が痛い
⑧何もしていないのに涙が出る
⑨視界がかすむ
⑩何となく眼がかゆい
⑪光がまぶしく感じる
⑫なぜか眼が赤い

５つ以上
あてはまれば
要注意です！

## 2.グレーチングのある暮らし

グレーチングとはスチールやＦＲＰ（ガラス繊維強化プラスチック）などの素材を、格子状に成形した材料です。大変強度がある素材で床材としても利用でき、２Ｆの床に用いることで、玄関や暗くなりがちな１Ｆまで光を通し、明るく開放的な空間を生み出します。今回は、そんなグレーチングの採用例を紹介します。

## 3. 9月２０日（土）・２１日（日）
## 守山区にて構造現場見学会を開催します！！

９月２０日(土)･２１日(日) 守山区にて構造現場見学会を開催します。構造や断熱方法など住まいにとって重要な部分をご覧いただけます。“ 平成建設の建物は、本当に安心できる構造か ”“ しっかりとした断熱方法なのか ”そんな不安を全て解消いたします。完成後は見ることができない部分ですので、ぜひこの機会にご覧下さい。完成予想の外観・インテリアパースも展示しますので、パースによる提案の精度の高さを体感いただけます。

**9/20 SAT ～ 9/21 SUN**　10:00～17:00（雨天決行）

自信があるから見てもらいたい！

### ポイント①：今しか見えない高性能断熱工法！

現場発泡硬質ウレタン断熱材の良さをご覧いただけます。完成後はもちろん、普段 壁の内部を見ることはできません。外断熱工法に比べ価格を抑えた高性能断熱工法を ぜひこの機会にご覧下さい。

### ポイント②：建物の構造を勉強しませんか！

建築中物件の為、弊社の普段行なっている構造をご覧いただけます。住まいに重要な構造について勉強したい方、どの会社に依頼するか決めていない方でも結構です。お気軽にお立ち寄り下さい。

### ■ご案内図 名古屋市守山区茶臼前（当日は誘導看板にてご案内します）

■車でお越しの場合、
302号線：大森IC北の信号より西へ約3分です。

## 4. 平成建設のスタッフ紹介 Vol.5

今月のスタッフ紹介は、工事部:井上さんです。平成のキアヌ･リーヴスと噂されるほどイケ面の井上さんは、その甘いマスクと愛嬌の良さでお客様と仲良くなり、お客様の満足度を常に頭に置きながら現場をまとめています。

工事主任
### 井上 倫己
Tomoki Inoue

- ■ 資格：二級施工管理技士
- ■ 年齢／誕生日：31歳／12月2日（射手座）
- ■ 身長／体重：173㎝／57kg　超スリム！
- ■ 住まい：名古屋市
- ■ 家族：妻、長男（5歳）、次男（1歳）
- ■ 趣味：子供と遊ぶ
- ■ 性格：若干素直
- ■ 特技：子供になれる、子供以下になれる

皆さん、こんにちは。工事部の井上です。体を動かすことが大好きですので、事務所にいるより現場の方が大好きです。自分自身も成長していきながら、お客様とともに満足のいく建物をつくり上げたいと思っています。一軒一軒 自分の家を建てている気持で一生懸命つくって、お客様と仲良くなりたいと思っています。皆さん仲良くしてください。私は辛いものが大の苦手で、某カレー屋さんの普通の辛さを食べただけで真冬でも汗だくになります。ハバネロや唐辛子系のお菓子を食べたら、人としての機能が停止します･･･次回は、社長の奥さんです。

### 平成建設ホームページに、社長のブログ公開中です！！

社長 雄治の自然体での気楽な日記です。平成建設ホームページ上で公開しており、ほぼ毎日更新しておりますので、どうぞご覧ください。

*社長のブログ　http://blog.livedoor.jp/yuhk0829/*

健康住宅についてお話が聞きたい方 → □ ＴＥＬして下さい　□ 訪問して下さい

今後このニュースレターが不要な方 → □ 特に送らなくていいです！！要りません

| お名前 | | お電話 | （　　） |
|---|---|---|---|

チェックしてＦＡＸ願います

健康創造住宅実践会会員の平成建設です。弊社は、健康住宅の新築のほか、アトピー･喘息で悩む方の住まいを調べてアドバイスをしたり、バリアフリー･健康リフォーム等も行なっています。本当に健康に良い家を造るために私達も本部ともども頑張りますので、よろしくお願いします。

シックハウス・健康創造住宅相談室
平成建設まで　ＴＥＬ(052)471-9541
ＦＡＸ(052)471-2770


◆◆◆ 快適空間安らぎ生活しあわせ人生 ◆◆◆

総合建設業 (愛知県知事許可<般-16>第36225号)
一級建築士事務所 (愛知県知事登録(い)第9808号)

こだわりの健康住宅　NPO シックハウスを考える会 シックハウス対策住宅推進機構

平成建設株式会社

〒453-0032 名古屋市中村区塩池町1-17-22
TEL(052)471-9541 FAX(052)471-2770
HP http://www.heiseikensetsu.com