健 康 創 造 住 宅 ニュース

1.昔ながらの入浴剤で冷えと疲れを撃退！

２００８年　１１月号

クリスマスセールの案内やクリスマスのイルミネーションなど、まわりではクリスマスの装いを目にするようになり、冬の到来を実感します。これから寒さが増してくると、冷えを自覚する人が多いようです。“冷えといえば女性に多い”と思われがちですが冷えは女性だけでなく、男性にも増えています。冷えを解消するために手っ取り早い方法はお風呂で温まることです。今月号は、『昔ながらの入浴剤で冷えと疲れを撃退！』を紹介いたします。

■ 冷えは万病の元！？

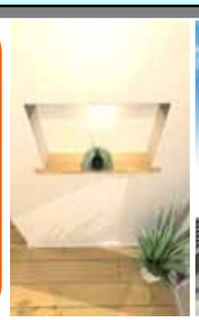
冷えにはさまざまな原因があります。冷房による自律神経の乱れや、足の機能低下、貧血による抹消血液の不良などがあります。さらに、陰性の食品を多く摂ることでも冷えを招くと言われています。冷え性を放置しておくと、十分な睡眠がとれなかったり、頭痛･肩こりが悪化したり、風邪をひきやすくなったりして、疲労は貯まっていく一方です。通勤など外出して体が冷えて、そのまま寝てしまうと、体は十分に休むことができないので、結果として、疲れを解消できなくなるのです。冷えを解消する手っ取り早い方法はやはりお風呂です。せっかく入るなら効率よく体を温める為に、入浴剤にこだわりたいものです。

■ 昔ながらのお風呂で冷えと疲れを撃退！

「よもぎ」と聞くと皆さんは何を思い浮かべますか？ よもぎの使用方法は食べるだけではありません。最近では、「よもぎ蒸し」というエステが人気で、これは、よもぎの蒸気を下半身から取り込むことにより体を温め、さらには美肌や腰痛にも効果があります。エステまで行かなくても、自宅で簡単にできるのが「よもぎのお風呂」です。
その名の通り、お風呂によもぎを入れるだけという、ごく簡単な方法です。よもぎに含まれるクロロフィルが血行を促進し、冷えと疲れを解消する効果があります。よもぎには殺菌･消炎作用もありますので肌にも良いとされています。天然の入浴剤ですので、体に安心です。よもぎの香りを嗅ぐことによって、リラックス効果もあるといわれています。寒い夜は、昔ながらのよもぎのお風呂で体をしっかり温めて冷えと疲れを解消しましょう！

2.１１月２９日（土）･３０日（日）
守山区にて完成現場見学会を開催します！！

１１月２９日(土)･３０日(日) 守山区にて完成現場見学会を開催いたします。今回の物件は「家族みんなが集まるＬＤＫ」のある間取りで、「切妻の屋根＆シンプル」な外観、「ナチュラルモダン」なインテリアの住宅です。見学会当日は、家具や小物のコーディネートも行いますので、部屋の大きさや家具レイアウトなど実際のこの家での暮らしを体感して下さい！！「暮らしを提案する」平成建設の家を、ぜひこの機会にご覧下さい。



11/29 土 ～11/30 日　10:00～16:00（雨天決行）

蓄熱式床暖房を体感できます

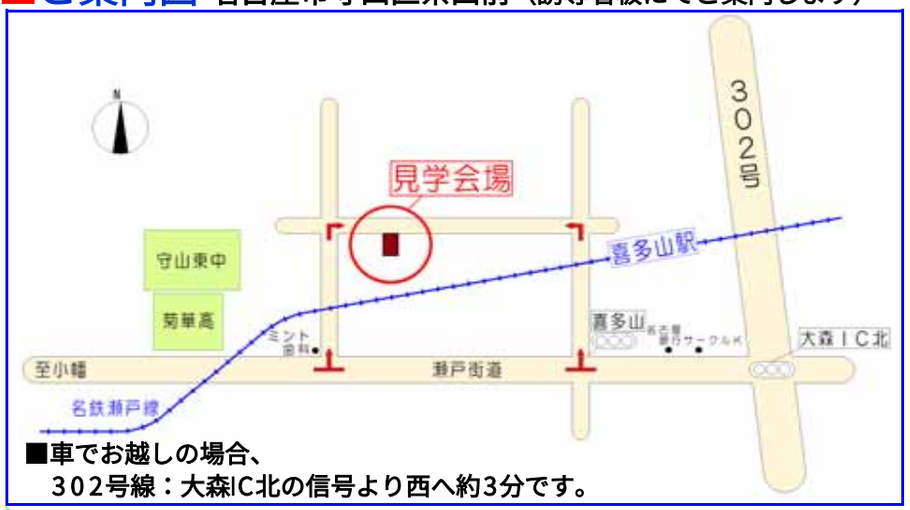
■お施主様のこだわり①：すっきりシンプルな外観！

外壁はホワイトをベースに、ダークブラウンをアクセントとしたシンプルな外観スタイルです。屋根は切妻屋根ですっきりとした形状で、上品なたたずまいです。

■お施主様のこだわり②：家族みんなが集まるＬＤＫにしたい！

ＬＤＫは、リビング階段として家族が必ず立ち寄る配置としました。奥様たっての希望である蓄熱式床暖房により、快適な空間で、ついつい家族が集まりたくなる、そんなＬＤＫです。

■ご案内図 名古屋市守山区茶臼前（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。

3. １２月６日（土）・７日（日）
弥富市にて完成現場見学会を開催します！！

１２月６日(土)･７日(日)、弥富市にて完成現場見学会を開催いたします。今回の物件は、キュービックな外観に、外観･インテリアともにホワイト＆ダークブラウンでコーディネートされた、シンプルモダンの住宅です。
「暮らしを提案する」平成建設の家をぜひご覧下さい。
今回は予約制となっておりますので、見学希望の方は、お電話、もしくはメールにてご予約願います。お手数をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

今回物件の外観パース

12/6 土 ～ 12/7 日

10:00～16:00（雨天決行）

こちらは予約制です！

■お施主様のこだわり①：玄関土間スペースにハーレーを飾りたい！
“ 10年後にハーレーを飾りたい ” そんなご主人様の夢から、5.5畳という玄関土間スペースが形になりました。注文住宅ならではの、お客様のこだわり･想いを形にしました。

■お施主様のこだわり②：ピアノ教室を開きたい！
奥様の夢は、家でピアノ教室を開くことです。現在もピアノを教えている奥様の、そんな想いからグランドピアノを置くことができるピアノルームが実現しました。

建具面材

ﾌﾛｰﾘﾝｸﾞ

ﾍﾞｰｽｻｲﾃﾞｨﾝｸﾞ

ｱｸｾﾝﾄｻｲﾃﾞｨﾝｸﾞ

●弥富市見学会に参加希望の方は、電話もしくはメールにてご予約願います。
上記日程でご都合が悪い方で、見学を希望される場合は、ご相談下さい。
ご予約をいただいた方に、案内･地図等をお送りいたします。

見学会のご予約は

TEL ： 052-471-9541
MAIL： okahk@sd.starcat.ne.jp

4. 平成建設のスタッフ紹介 Vol.7

昨年のブルーノートコンサートにて
You Tubeにて配信中です！！

今月のスタッフ紹介は、古橋社長です。
古橋社長は、子供に絶大な人気があります。
お客様との打ち合わせや、見学会の際には、
得意？のテーブルマジックを披露して、常に
子供たちを釘付けにしています。

代表取締役
古 橋 雄 治
Yuji Furuhashi

- ■ 資格：一級建築士、一級施工監理技士　他
- ■ 年齢／誕生日：49歳／8月29日（乙女座）
- ■ 身長／体重：169.5cm／ 67kg
- ■ 住まい：名古屋市
- ■ 家族：妻、長女、次女
- ■ 趣味：おやじﾊﾞﾝﾄﾞ、ﾃｰﾌﾞﾙﾏｼﾞｯｸ、ｽｷｰ
- ■ 性格：超温厚、酔うとしゃべりまくる
- ■ 他職：町田ひろ子ｲﾝﾃﾘｱｺｰﾃﾞｨﾈｰﾀｰｱｶﾃﾞﾐｰ講師

皆さん、こんにちは。社長の古橋です。
家は今を考えるだけではなく、何十年先でも快適な空間であり続けなければなりません。
そのために、お客様の未来のライフスタイルを大切にし、「あなたに頼んで良かった！」というお言葉をいただくことを目標にして、家づくりに取り組んでおります。
プライベートは、仕事と同様に大変充実しています。昨年始めたバンド活動（ギター）も下手ですが、めげずに続けています。名古屋シティマラソンにも毎年 参加しています。もちろん毎年完走しています。
ブログ同様、今後も継続していきます。

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