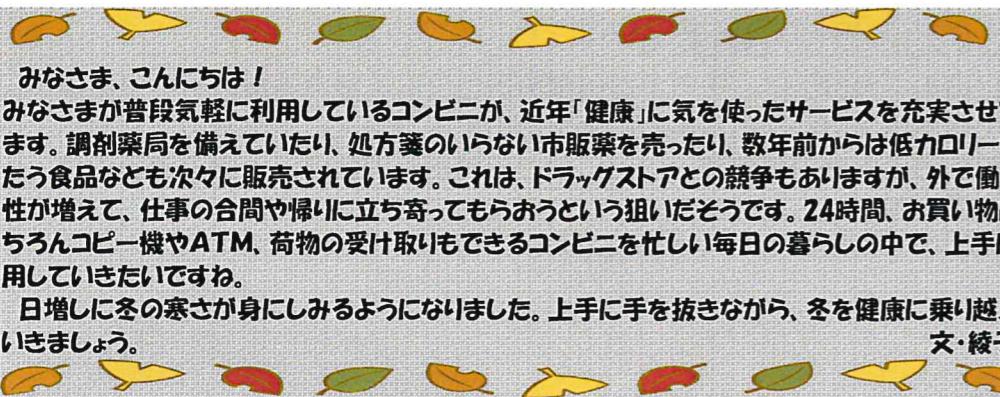




# 健康創造住宅ニュース

寒さがひとしお 身にしみる季節になりました！

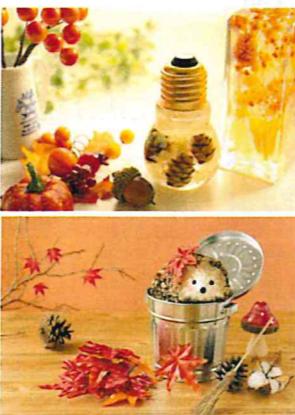


みなさま、こんにちは！  
みなさまが普段気軽に利用しているコンビニが、近年「健康」に気を使ったサービスを充実させてい  
ます。調剤薬局を備えている、処方箋のいらない市販薬を売ったり、数年前からは低カロリーをう  
たう食品なども次々に販売されています。これは、ドラッグストアとの競争もありますが、外で働く女性  
が増えて、仕事の合間や帰りに立ち寄ってもらおうという狙いだそうです。24時間、お買い物はも  
ちろんコピー機やATM、荷物の受け取りもできるコンビニを忙しい毎日の暮らしの中で、上手に利  
用していただきたいですね。

日増しに冬の寒さが身にしみるようになりました。上手に手を抜きながら、冬を健康に乗り越えて  
文・綾子

先月に続き、新しいスタッフが増えました。平成最後の冬に平成建設がパワーアップしまし  
た。スタッフ全員でさらにみなさまの満足に努めてまいります。よろしくお願ひいたします！！

2018年 11月号



はじめまして  
としゆき  
利行です！

## プロフィール

としゆき ひでのり  
名前：利行 秀紀  
出身地：名古屋市  
誕生日：2月4日  
星座：みずがめ座  
血液型：O型  
特技：ひとり言  
性格：のんびり  
マイペース



めずらしい苗字なので、  
すぐに覚えてくださいね。  
ちなみに、2018年11月  
現在「利行」の苗字のラン  
キングは**28623位**でやは  
り少なめです。また、平成建  
設社長の「古橋」は973位。  
そして1番多い苗字は  
「佐藤」でした。みなさまの  
順位も気になりますね～。

ネコ、飼ってます



## 趣味

★キャンプ★  
黙々とテントを張り  
焚火を眺め  
酒を飲みます



★フライフィッシング★  
山を奥へ奥へ  
川を奥へ奥へ  
岩魚を追います



## メッセージ

お客様にとっての一生に一度の家造りに  
携わる仕事に誇りを持って、皆様の  
「一生に一度」を形にしていきます。

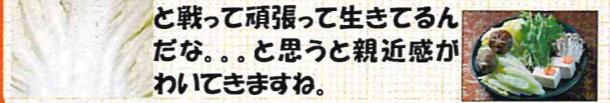


## 知って得する豆知識コーナー

◆知っているとほんの少しだけ得をする？！  
かもしれない《豆知識の紹介》

### 鍋

シーズンですね！  
ところで、白菜の白い部分に出る黒い  
点々、気になったことありませんか？そ  
の黒い点々の正体は、カビでも病氣で  
も虫食いでもなく「ゴマ症」と呼ばれる  
もので、食べても全く無害です  
栽培中のストレスなどで出てしまいま  
すが、味にも影響ありませんのでおいしく  
ただいてしまってください。白菜もストレス  
と戦って頑張って生きてるん  
だな。。。と思うと親近感が  
わいてきますね。



## インフルエンザ

昨シーズンはワクチン不足などが問題になりました。今シーズンも  
油断をしないでしっかり予防をしましょう！

- ①流行の始まりは例年通り、1、2月にピークを迎える見通しです。
- ②打って体に抗体ができるまで、2~4週間かかります。
- ③予防接種はできれば11月中、遅くとも12月上旬に！
- ④こまめなうがいが効果的です。直接的にのどを潤す効果があるほか、  
ウイルスや細菌を洗い流す効果もあります。
- ⑤人が多く集まる場所から帰ってきた時には手洗いを心がけましょう。

普段から健康管理をし、十分に栄養と睡眠を  
とて抵抗力を高めておきましょう！

ヒートテック 今や冬の定番の一つになった「ヒートテック」の肌着。なぜ薄いのに暖かいのでしょうか？

それは身体から発散される水蒸気が大きな役割を果たしています。レーヨンという素材が、体から発散される水蒸気を吸着し、この水分子が動き回るうちに熱を発生します。そしてその熱を閉じ込めて温度を保つ魔法瓶のような機能をアクリルが担うそうです。簡単に言えば、ヒートテックは「体から発せられる水分を熱に変えることができる」ということです。つまりは少し  
からだを動かして多少汗を  
かいたほうが暖かく感じると  
いうことです。

さらに肌から水蒸気を十分  
に吸着させるためには、肌に  
直接着て、ゆったりしたサイ  
スよりもジャストフィットの方  
が暖かさを得られます。あま  
り効果を感じない方は、着方に気を付けてみてくださいね。

## ウイルスの寿命

咳やくしゃみなどで患者の体の外に  
出たウイルスが感染を引き起こすので  
すが、ウイルスの寿命はどれくらいの  
でしょうか？



インフルエンザウイ  
ルスは、何かの表面  
に付着したものは、  
衣類などの凹凸の多い表面では8~12  
時間、テープやドアノブなど平らな面  
では24~48時間。空気中では湿度  
50%以上の場合は8時間ほどですか、  
乾燥状態では1日以上生存します。低  
温・乾燥の環境ではウイルスの寿命が  
のびます。

それが、インフルエンザが冬に流行す  
る理由なんですね。

## 今月の社長のひとこと

秋は何をするにも適しているシーズンです。  
平成建設では秋祭りイベントに完成見学会、地鎮祭  
ラッシュに新人スタッフの歓迎会と大変忙しい時間  
でした。プライベートでも横浜マラソンにポール  
マッカートニーと慌しかったですが、忙しいほど  
充実していた感じがします。

これから年末にかけて皆様も忙しい  
と思いますが充実した日々を過ごし  
ましょう。

社長：古橋雄治



◆◆◆ 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-26>第36225号）  
一級建築士事務所（愛知県知事登録（い）第9808号）

NPO 耐震住宅普及協会  
感動の住まいづくり研究会

## こだわりの健康住宅

HK 平成建設一級建築士事務所

〒453-0032 名古屋市中村区塩池町1-17-22

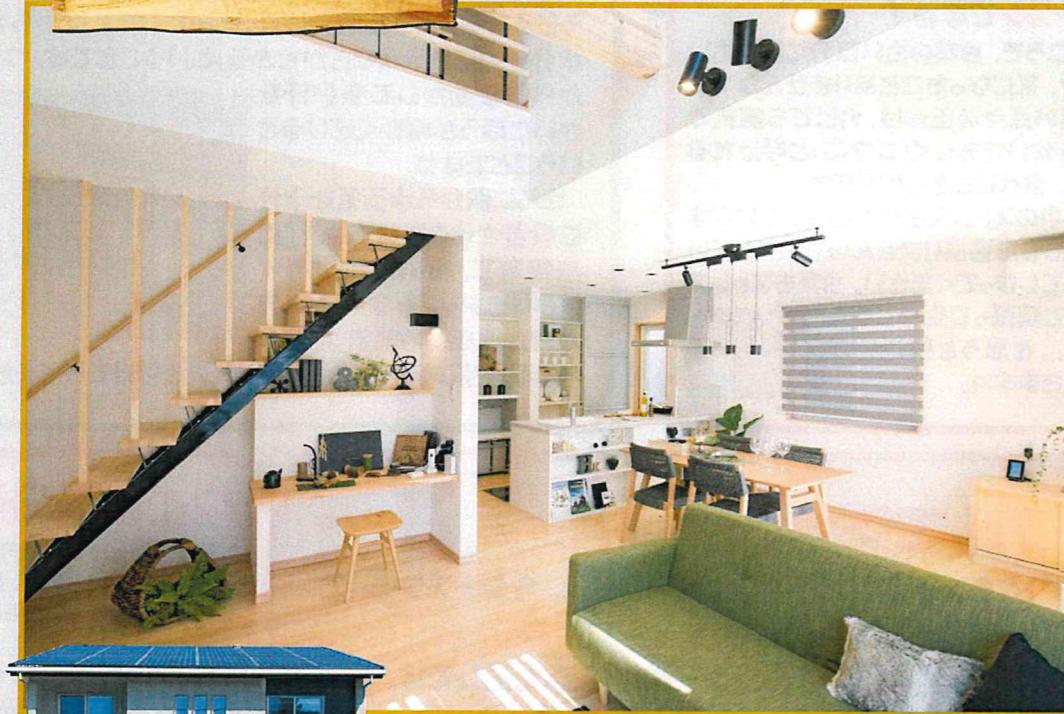
TEL(052)471-9541 FAX(052)471-2770

HP <http://www.heiseikensetsu.com>

ありがとうございました！

綺麗な秋空のもと、イベントにお越しいただきました、ありがとうございました。特にお施主様の思いが詰まっている素敵な住まいの見学会は、ご来場いただいたお客様からも大好評でした。また、この見学会にご協力いただいたM様、スタッフ一同、心より感謝申し上げます。

モデルハウス



### イシンホームだけの特典

1. 5つのスタイルから自由にデザインを選べる！
2. 初期費用0円の太陽光発電で家計がお得に！
3. 圧倒的な標準装備
4. ママに人気の家事時間が1/2になる設計！
5. 土地探し、ローン相談も随時受け付けています



小牧の家 完成見学会  
ご来場ありがとうございました！  
モデルハウスイベント秋まつり



Thank You

ローコスト住宅のメリット

～価格以上の品質のまで～

こだわりたい部分に費用をかけ、逆にそうでない部分はコストを抑えるなどして価格をコントロール。通常の住宅購入でかかる費用との価格差分を家具購入にあてたり、将来への貯金などに回したりすることができます。住宅にかかる費用を抑えることができるのは生活に大きな影響を及ぼします。

日々の暮らしに余裕が持てるようになり、将来に備えられることは嬉しいことですね。



### お施主様のこだわりが詰まった素敵な家

- ・土地も含めて3000万円以下で完成した注文住宅
- ・家族が集まる南向きの広々とした20帖のLDK
- ・たくさんの収納
- ・お洒落でシックな外観
- ・太陽光発電、オール電化

