



3月には完成見学会があります!

※3/13(土)・14(日)予定



## 「いいものを作ってきちんと手入れして 長く大切に使う」長期優良住宅

1月23・24日、構造見学会を開催しました。寒い時期の工事中的の見学会なので、ご来場いただいたのが不安でしたが、お天気にも助けられ多数のお客様にお越しいただきました。ありがとうございました。

今回はWB工法を知っていただくと共に長期優良住宅についても知っていただきたいと思っておりました。今までの30年ほどの短命な日本住宅を建替えるには貴重な資源を消費し、大量の廃棄物を生み出します。これからは長寿命で省エネで資産価値が高く維持され、世代を超えて長く住み続けられる住宅を目指していくのです。住宅や住まい方から地球

環境を守ろうという国の政策のひとつなのです。それを実現するために4つの性能項目を設け、その厳しい基準をクリアしなければなりません。今回このIさまのお住まいを手掛けたことよって、少しでも地球環境に貢献することが出来るなら、これは玉井建設の誇りになります。しかし、基準が厳しかったり手続きが煩雑なため、思った以上に普及していかないのが現状です。私たちはお客様のためにアンテナを高く張り、その制度を勉強し、どんどん取り入れてゆきます。また、全てのお客様が長期優良住宅を望まれるわけではありません。希望されないお客様

発行・編集

# 和玉井建設株式会社

〒381-0023 長野県長野市大字風間 1478  
TEL:026-221-5531 FAX:026-221-5532  
<http://www.tamai-k.com/>



# 2月

Feb-2-2010

第4号

# たまたま(便り)



たまたま建設のお便りです

玉井建設の大切なお客様のために隔月でお届けします

今月の特集は

- 1 暮らしのレシピ
- 2 簡単! クッキング
- 3 玉井建設のゆかいな仲間たち
- 4 快適番長メモ 知ッ得! 住まいのおはなし
- 5 編集長のプチ日常

## 【外出時帰宅時の対策】



○マスク、めがねをつける。

○花粉のつきにくい  
スベスベした生地の服を着る。



○帰ったら家に入る前に  
玄関先で服をはたいく。



○うがい、手洗い、洗顔目を洗う。

## 身の回りの花粉を撃退！

花粉の季節がやってきました。早めの対策で辛い季節を乗り切りたいものです。今回は自分の身の回りの花粉を減らす簡単な対策をご紹介します。ぜひ参考にしてみてください。



## 【室内の花粉の除去法】

- 床は掃除機ではなく、ウエットシートなどで拭き掃除をする。
- カーペットや布製のソファに十分掃除機をかける。
- 布団を干した時は、布団にも掃除機をかける。
- 空気清浄機で室内の花粉をのぞく。

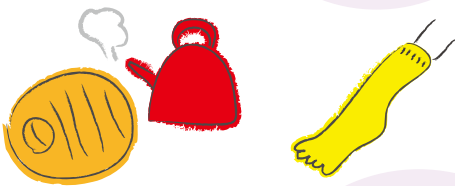


くしゅん!!



## 心臓から一番遠い足を温める

足は心臓から一番遠いところにある上に、うっ血して冷えやすくなります。足湯をしたり、足の指が動く五本指ソックスを履く、寝るときに湯たんぽを入れたり足を冷やさないようにしましょう。また、むくむと冷えが悪化しますので、こまめに足を上げたり足首を動かしたりするようにしましょう。



3月になればやっと春の足音が聞こえてきますが、2月はまだまだ冬真つ盛り。  
男性より筋肉量が少ない女性は熱を産生しにくいいため、冷え性になりやすいんです。さらにスカートなど体を冷やしやすいうファッションをしたり、女性ホルモンの影響なども一因。  
春までもう少し！冷え性対策を万全にしてこの冬最後の寒さを乗り切りましょう！

## 健康のタネ

まだまだ寒いこの季節  
冷え性対策してますか？



## 体を温める食べ物を摂る

生野菜より火を通した野菜、冷たいジュースより温かいお茶、冷酒より熱燗の方が、当然体は温まります。また刺激のあるものは体を温めるので、たまねぎ、ねぎ、しょうが、ハーブ、唐辛子などをうまく利用しましょう。



## お風呂を上手に利用する

38～40度のぬるめのお湯に20分から30分くらい、半身浴でつかると体が温まります。疲れていてもシャワーよりお風呂につかるようにしましょう。お風呂のなかでストレッチもいいですね。十分温まってから手足にシャワーで水をかけて、またお湯につかるという「温冷浴」も血行改善にオススメです。市販の入浴剤も湯冷めしにくくなります。入浴剤の代わりに、お酒、お酢をいれても良いでしょう。しょうが湯・ソルトバスも効果的です。



# バレンタインデー、 パパにティラミス作っちゃお♡

マスカルポーネを  
使って簡単にできるよ～



簡単



リトルシェフの

## クッキング

2月14日はバレンタインデー。  
毎年、母娘で一緒に作ってパパに  
渡していますが、ゆき〇る〇のマ  
スカルポーネに簡単なティラミ  
スのレシピが載っていたので、今  
年は2人で頑張ってみよう♡

きれいな層にするために大変でも頑張って生クリームを  
しっかり泡立てよう！超簡単なので年少さんでもチャレン  
ジできます。なのに味はかなりおいしかったです♪



計量スプーンの  
使い方もばっちり。

- マスカルポーネ
- 生クリーム／100ml
- インスタントコーヒー／小さじ2
- 砂糖／大さじ2
- ココア／適宜

3. 器に①と②を交互に重ね、ココアをふる。



完成～♪  
パパ、ど～ぞ～♡



1. インスタントコーヒー小さじ2、湯大さじ3、マス  
カルポーネに添付のエスプレッソソースを混ぜた  
ものにビスケット6枚をひたす



生クリームの泡立て。  
ミキサーが重くて  
ママがちょっとお手伝い

自信作！



2. 生クリーム100mlと砂糖大さじ2をしっかりと泡立て、  
マスカルポーネ 100gをまぜ合わせる。

う～ん、おいしい♡  
鼻の下伸びてます(笑)



## 玉井建設の ゆかいな仲間たち

### 役者魂！！

管理建築士 中村 篤敬

いつもは  
こんな感じです



'07年の公演より

寡黙で真面目でおよそハ  
メなどはすぎさない仕事一筋  
の中村だが、実は意外な一  
面が…なんとアマチュア劇  
団「STEP-1」(ステップ)に  
所属する劇団員なのであ  
る。定期的な公演のほか、ナ  
チュラルムーブメントと共  
演したり、某TVC(し)か  
も2社!)にも出演したり  
と活躍の場を広げている。  
編集長も中村の舞台を親に  
行ったが、それはそれはキ  
レのある動きで、事務所に  
いる時と別人なのである  
(それでこそ役者!)

そんなSTEP-1の最新公  
演「あの空のむこうに」が2  
月21日に上演される。無人  
島に墜落した小型旅客機の  
乗客たちを取り巻く笑いと

2月21日(日)

- 若里市民文化ホール
- PM1:00 会場  
PM1:30 開演
- 入場料 500円  
(中学生以下無料)



問い合わせ  
長野市民演劇祭実行委員会事務局(026-224-7504)

涙の物語…中村は無人島に  
さまよう日本兵を演じる。  
打ち合わせや現場で見せる  
表情とは一味違う中村をぜ  
ひ観ていただきたい。お時  
間のある方は是非行ってみ  
て下さい。

# 長期優良住宅について

## これからの日本の家づくり

世界の住まいの平均寿命をみると、アメリカの55年、イギリスの77年に対し、日本は30年と極端に短いのが現状です。建て替える度に貴重な資源を消費し、大量の廃棄物を生み出します。

これからの国が目指していく住宅は、「いいものをつくってきちんと手入れして長く大切に使う」長寿命かつ省エネで地球環境に配慮し、資産としての住宅の価値が高く持続され、世代を超えて長く住み続けられる住宅づくりなのです。

## 長期優良住宅には国(政府)からこんな後押しがあります！

税制優遇	
	長期優良住宅
登録免許税	①保存登記 1.5 / 1000 → ①1.0 / 1000 ②移転登記 3.0 / 1000 → ②1.0 / 1000 ③抵当権設定登記 1.0 / 1000 ③1.0 / 1000
不動産取得税	1,200万円控除 → 1,300万円控除
固定資産税	〈戸建〉1～3年目 1/2 軽減 → 〈戸建〉1～5年目 1/2 軽減

床面積 120㎡までの固定資産税を 1/2 に軽減

【戸建住宅】	減税期間		
	一般住宅	3年	長期優良住宅

## 住宅ローン減税制度の拡充

	一般住宅	長期優良住宅
控除対象借入限度額	5,000万円	5,000万円
控除期間	10年	10年
控除率	1.0%	1.2%
最大控除額	500万円	600万円

長期優良住宅にプラスアルファの条件を満たすと100万円の補助金支給の優遇策が別途受けられます

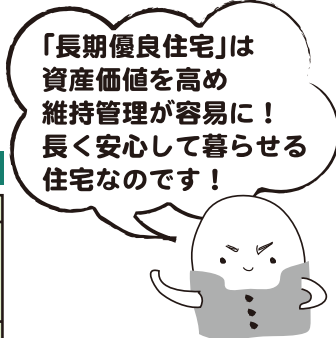
🐼🐼🐼🐼🐼🐼🐼🐼🐼🐼🐼  
次回は住宅版エコポイント制度についてを取り上げます！

詳しくは当社まで

知ッ得!

快適番長メモ

住まいのおはなし



## これからの住まいのスタンダード「長期優良住宅」

長期優良住宅の認定基準に対応した仕様

- 耐震性** 耐震等級(倒壊等防止) **2** 等級以上
- 省エネルギー対策** 省エネルギー対策等級 **4** 最高等級
- 劣化対策(耐久性)** 劣化対策等級 **3** 最高等級
- 維持管理・変更の容易性** 維持管理対策等級 **3** 最高等級



なかなか更新されない  
**紙面ブログ**  
編集長のプチ日常・・・  
子供と一緒ににしよう!!

## 崖っぷちのポニョ



**先** 日娘のピアノの発表会がありました。今回は本人の希望で「崖の上のポニョ」を弾くことに。ただ彼女のレベルでは難しい選曲。これはかなり練習しないとね。まだまだ自分から進んで練習しないので、私がつきっきりで練習を見る状態。(ただ私は弾けません。かなりインチキ) ちよっとうまくいかなだけで、すぐヤル

気をなくし不機嫌になっていく娘をなだめたり、褒めたり、怒ったり…。しかも全然弾けないくせにちっとも焦らないし。はあ…すっかり疲れてしまいました(-\_-)  
当日の練習でも五分五分という微妙な出来栄え、これじゃあ崖の上じゃなく崖っぷちのポニョだよ。  
そしていよいよ本番！緊張のあまりテン

ポが速くなっている!! 指がついていけるのか～。あ～～という私の悲鳴をよそに無事演奏は終了してました。2分弱の演奏中、親はもうずっとドキドキで祈るような気持ちでした(どこの親御さんもそうですよね)。先生からも褒められて本人も嬉しそう。音楽が傍らにある人生っていいと思うよ。ガンバレ、娘!