



構造見学会のご参加 ありがとうございました

玉井建設の大切なお客様のためにお届けします

たまぎん べり



たま建設の
お便りです

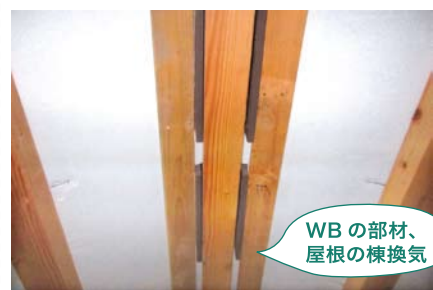
新年度もスタートし、今年度1回目の見学会を行いました。長期優良住宅の構造見学会です。

「ワンランク上の長期優良住宅」と銘打った今回の見学会、何がワンランク上なのかという「断熱材の厚み」です。長期優良住宅の断熱材の厚みは、その地域ごとに入れる箇所ごとに決められています。

今回のU様邸は、天井に入れる断熱材を、長期優良住宅仕様に定められている65mmのものを2重にしています。つまり130mmの断熱材が入っていることとなります。それを天井全面に施工していますので、屋根から入る放射熱を防ぎ、屋根から暖かい空気が逃げて

いくのを防いでいます。通常より断熱性能を高めることで、更なるエネルギーの効率化を図っています。

天井を見上げていただくと、全て断熱材のブルー一色になっているので、驚かれるお客様もいらっしゃいました。U様邸は土間があったり、吹抜のリビングを広々ととっているなど、随所にこだわってらっしゃるので完成がとっても楽しみです。

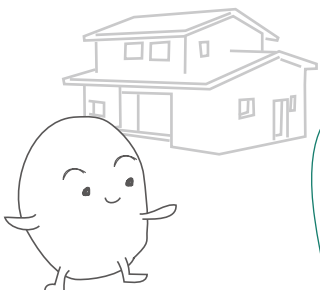


WBの部材、
屋根の棟換気

棟部分



天井を見上げると
断熱材がびっしり!



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/>





今と昔で違う？

『夏バテ』のメカニズム

梅雨明けすると夏本番。今年の夏も節電対策で夏バテしないか心配ですが、夏バテって今と昔ではちょっと違いがあるのはご存知ですか？

総じて「夏バテ」とは、夏の身体の不調を表しており、『だるくて疲れやすい』『食欲がない』といった症状を言います。昔は、夏バテの原因は、暑さからくる食欲の低下や食事の偏り、大量の発汗・睡眠不足といったものだと言われていました。よって、冷たいものをたくさん飲んでしまうことで胃液が薄まり、消化機能が低下して食欲が落ちてしまうといった悪循環に陥りがちでした。

ところが、最近の夏バテの原因は『冷房』が大きく関係していると考えられています。冷房の効いた室内



と熱い外気との温度差に身体がうまく対処できず、身体が混乱してまうことで、だるさや食欲低下が起ります。5度以上の温度差が発生すると、体の温度調節機構の働きが低下すると言われているので、体に出来るだけ負担をかけないよう、脱ぎ着をこまめに行うなどの工夫が必要ですね。

夏バテにならないためには、安眠することが特に大切。暑い夜は、頭を冷やすといいそうです。全身を冷やさなくても、頭が冷えるとそれだけで涼しく感じるので冷えるタイプの枕を使うのも◎。敷ふとんの上に竹シーツや寝ござを敷くと身体と布団の間に隙間ができて体感温度が下がり、涼しく感じるのです。

5月

長野市・高田

【地鎮祭&地盤改良工事】
T様邸



6月

長野市・高田

【建前】T様邸

4月

長野市・上松

【建前】U様邸



今月のご報告

春から新築・リフォームの予定がめじる押しです。いまから完成が楽しみです♪ご報告も随時していきますのでご注目ください！

お知らせ

H24年度 補助金の概要

(H24年6月現在)

太陽光発電

【長野市】補助金決定…25,000円/kw

【国】補助金決定…30,000円/kw他

※その他千曲市、須坂市などもあり



詳しくは、当社まで
お問い合わせください

焼きなすの

ベトナム風 ホットサラダ



編集長の

簡単 クッキング

夏本番、ナスの季節ですね！夏野菜の筆頭のナス。今回はさっぱりしたベトナム風のレシピをご紹介します。

<ベトナム風ホットサラダ>

- ・長なす……………4～6本
- ・紫たまねぎ……………1/4個
- ・プチトマト……………12個
- ・豚バラ薄切り……………100g
- ・万能ネギ……………3～4本
- ・ゴマ油……………大さじ1

<ベトナム風甘酢ドレッシング>

- ・ナンプラー……………大さじ3
- ・酢……………大さじ3
- ・水……………大さじ1と1/2
- ・グラニュー糖……………大さじ1と1/3
- ・ゴマ油……………小さじ1
- ・赤トウガラシ(小口切り)……………1～2本



ナンプラーはベトナムやタイでお馴染みの調味料。スーパーで手に入りますよ。

- 1 ナスは焼き網(IHは魚焼きグリル)で皮が黒くこげ、やわらかくなるまで中火で焼く。熱いうちに皮をむき、竹串で縦に4等分にし、へたを切り落として皿に盛り付ける。
- 2 熱したフライパンにゴマ油と2cm幅に切った豚バラを中火でカリッとするまで炒め、油をキッチンペーパーなどで吸い取る。薄切りにした紫たまねぎとへたをとったプチトマトを加えて炒め合わせ、トマトの皮がはじけてきたら火を止め、①の焼きなすの上に載せる
- 3 よく混ぜ合わせた甘酢ドレッシングと万能ネギ小口切りを②にかける。



玉井建設の ゆかいな仲間たち

今回は大工さんの紹介です!!



大工歴40年、嶋田定男

16歳から大工一筋の嶋田大工。心がけていることは何ですか?と質問すると「丁寧」との一言。大工歴40年以上の職人からこの言葉を聞くと、深みがあります。大工仕事とは「丁寧」に尽きるのですね。

趣味は園芸とゴルフだそうです。



石坂和宏 28歳

大工を志す若者が減ってきている昨今、貴重な人材です!どんなに建材や設備などのハード面が発展しても、家を作るのは人間の手ですからね。趣味はフットサルの、とても礼儀正しい若大工です。

「お客様に喜んでもらえるしつかりした家を作りたい」と語ってくれました。



大工さんはなんでも屋でもあります。新築はもちろん、ちょっとした不具合にも飛んでいきますので、お客様にお会いすることが一番多いかもしれません。どうぞよろしくお願いたします。



窓ガラスだって進化する!

『Low-Eガラス』って??

今回の見学会で、お客様から質問を多く頂いたのが「Low-E複層ガラス」。今月はこの「Low-Eガラス」について解説します!

Low-Eとは Low-Emissivity「低放射」の略。ガラスに金属膜をコーティングしたもので、遮熱・断熱性能に優れています。熱の侵入・流出は窓からが多いので、窓を考えることは、省エネルギーにつながります。

金属の膜をどこにコーティングするかによって『遮熱タイプ』と『断熱タイプ』があります。『遮熱タイプ』には、更に断熱・UVカット・防露の機能があるのでオススメです。また、ブルーの金属膜をコーティングしていることで青く反射し、その反射で室内が見えにくいという利点もあります。

Low-E以外にも、耐熱強化・ブラインド入り・防犯ガラスなど機能ガラスには様々な種類があり、アクセント窓のようにデザインも豊富になってきました。採光・採風に欠かせない窓は、家の表情を作ってくれます。目的に応じて最適で素敵な窓を選びましょう!



知ッ得!

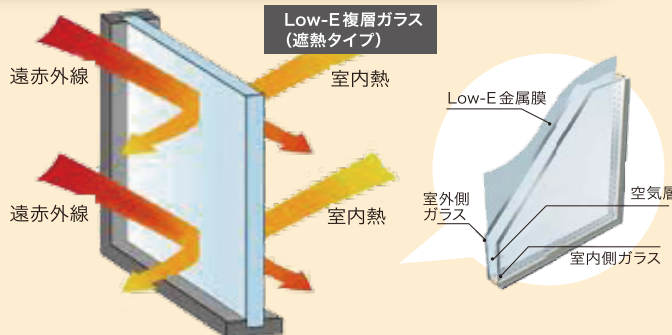
快適番長メモ

住まいの
おはなし



夏も冬も快適!
『Low-Eガラス』

その秘密は
高い『断熱性』と
『遮熱性』にアリ!!



Low-eガラスは
リフォームにも
適しています。



詳しくは当社まで
お問合せください。



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!!

眼鏡デビュー

3年生頃から視力低下し始めた5年の長女が、とうとう眼鏡を作りました。この2年間、仮性近視の目薬をさしたり、目の運動をしたり、照明に気をつけたりしましたが成長期と共に近視は進んでしまうそうです。やっぱり遺伝かな・・・。どんなにゲームをしたり、暗いところで勉強しても近視にならない子はないですからね。

今回初めて知ったこと、子どもって処方箋がないと眼鏡が作れないんです

ね!病院で度数を決めてもらい、5分位慣らして違和感がなければそれで決定。メガネ屋さんではフレームを決めるだけでOKなので安心でした。弱めの1.0にしてもらいましたが、世界が明るくなったと歓声をあげていました。その後嫌がることも頭痛もなく、すんなりと慣れてくれたので、よかったです。

次女(2年)も既に悪いので、入学直後から一番前の真ん中の席にしてもらっています。席替えをしても彼女の指

定席は変わらないので、席替えに慣れてるんですよ。ちょっと飽きてきたらしい(笑)



子供用メガネではなく、大人の小顔用メガネ。音符モチーフがお気に入り。

メガネケース。
ロールケーキ型でカワイイ。

