



Hitoiki Times

ひ と い き タ イ ム ズ

2021年 12月 _{通刊} 51号



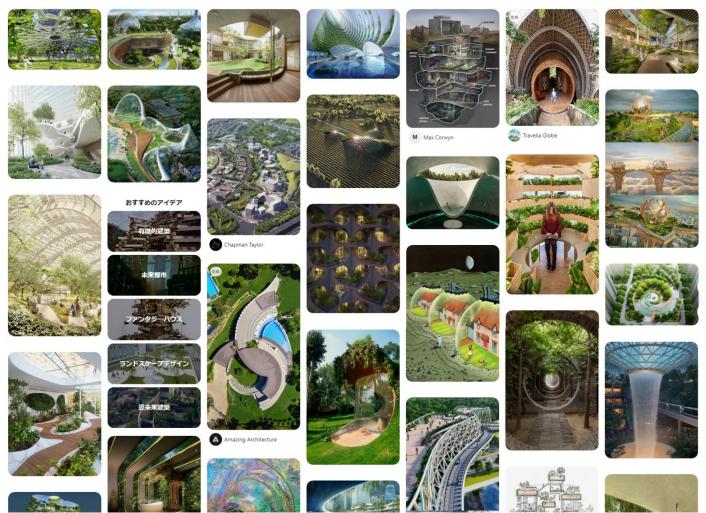
今月のピックアップ

リフォームパートナー

未来建築への挑戦

建築家/ 建築想定地/ 引用/pinterest.de





2021年1月から1年間、未来建築コンセプトデザインをご紹介してきました。インターネットで検索をすると、数えきれないほどの未来建築構想がヒットします。そしてそのほとんどは環境を考慮したエコデザインを前提としています。人が地球と共存し続けるために、これからの建築が取り組むべきこと。それを真剣に考え実現しようとしている人、会社、チーム、学生が、世界中にたくさんいます。



12

省エネ住宅を建てるための会社選び





建物の断熱性能を表すUA値(ゆーえーち)

ポエムが主流だった住宅キャッチコピーが、近年変わり つつあります。真剣に省エネ住宅に取り組んでいる会社 は、その性能を数値で公表するようになってきました。 それがUA値です。UA値は建物の外皮(床・外壁(窓)・ 屋根)がどれぐらい熱を通すかを表す数値です。値が小 さいほど断熱性能が高い建物です。



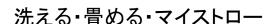


住宅の省エネ性を表す言葉はたくさんあります。「エコ住 宅」「高性能」「高断熱」。しかし、それらのキャッチコピー には統一されたルールがありません。どんな性能の家でも 「高性能」と言い切ってしまうことができるのです。そこ で消費者は「あったかぁい我が家が待っている♪」や「魔 法瓶のような住まい」といったポエムで住宅会社を比較し てしまいがちです。

建物の燃費を表す「一次エネルギー消費量」

その建物で暮らすとどれぐらいのエネルギーを使用する か、という試算を、建物の断熱性能(UA値)と、冷暖房 器具、給湯器具など電気設備の仕様を組み合わせて算出 するのが「一次エネルギー消費量」です。車で言う「燃費」 のようなもので、UA値と同じく値が低いほど省エネ性が 高いと言えます。UA値や一次エネルギー消費量は算出方 法が決まっていて数値で比較できるので、住宅会社選び の基準になります。



















SHITENAL SHITENAL

(111)

S-PACK

乾燥は肌にも体にも悪影響 住まいの快適レポート® 室内環境を整えて、潤い生活!

冬に向けて、肌の保湿対策は万全 ですか?スキンケアと同様に、室 内の湿度管理も重要。最適な環境 をキープして、心身に潤いを!

●空気の乾燥

冬は特に空気が乾燥しているため、肌の水分が蒸発しやすい。 エアコン暖房も湿度を下げる一要因。

● 肌のバリア機能の低下

紫外線や熱いシャワーなどによるダメージで、バリア機能がダウ ン。外部刺激に弱くなり乾燥しやすい肌に。

● 加齢による潤い成分の減少

加齢と共に、健やかな肌を保つバランスが崩れがちに。特に保 湿成分の減少で肌の水分量も低下してしまいます。



健康と 室内環境の 密接な関係 快適空間を 整える工夫





● 冬場の快適空間をキープ

冬を快適に過ごすのに、ベストな室温は18~22℃、湿度は50 ~60%。健康美を維持するための乾燥対策の道標に。

● 湿度を保って肌トラスルも予防を

前述の通り、さまざまな要因で肌のバリア機能は鈍くなりが ち。肌のバリアが正常に作用しないと、菌やウイルスなどが傷 んだ皮膚から侵入しやすくなり、湿疹などを発症したりするお それもあります。

● 室内加湿の工夫

- 加湿器をフル活用。
- ・洗濯物は室内干しに。または濡れた タオルを吊り下げて加湿アップ。
- ・ 部屋の湿度を高める働きがある観葉植物などを配置。 ストレスも緩和され、より健康美へと誘い一石二鳥。

過度な加湿は カビや肌荒れを 引き起こすことにも なるので注意を

リノビオ V

10月1日新発売!"心地いい"という瞬間の為に進化したリノビオ V をご紹介します♪



ポイント①

浴室内の動作を効率的にする 洗い場での立ち・座 「スマートエスコートバー」



©株式会社 LIXIL

※リノビオ V はマンションリフォーム用システムバスルームです。

りや洗い場から浴槽 への移動をエスコー トして、安心入浴を サポートします。ま た座ったままで手の 届く位置にたっぷり 収納でき、すっきり とした空間を保つこ

とが出来ます。

ポイント②

毎日のシャワーが楽しくなる 「エコアクアシャワー SPA」

ウルトラファインバブルを含ん だ「シルクミスト」、強弱をつけ た「パワーマッサージ」、空気を 含んだ超節水の「アクアスプ レー」の3種類の吐水モードを ご用意。3つの湯のチカラで、く つろぎをアップデートしました。



©株式会社 LIXIL

商品のお問合せは…



余ったローストチキンで親子丼



材料 (1 人分)

<材料>

・白ご飯 1袋分・ローストチキン お好みの量

玉ねぎ

• 卵 1 個

<調味料>

濃口醤油 大さじ1

白だし醤油 大さじ1

・みりん 大さじ2

酒 大さじ1

•水 30~40cc



① ローストチキンをほぐして一口大にする。玉ねぎは薄くスライスする。

1/4個

- ② 小鍋に調味料を全て入れて、玉ねぎがやわらかくなるまで煮る
- ③ ローストチキンを加え、チキンが温まったら溶き卵を加えて全体を一周 ぐるっとまぜる
- ④ 火を止めて蓋をして20秒ほど待ってからごはんの上に盛り付ける
- ⑤ お好みで三つ葉を添えて完成
- *クリスマス翌日の特売チキンがお勧めです!フードロス解消に!



洒落たつもりが

少ない夫

店員追いかけ

共に食べさせ期限切れ

服選び 「入る」になった まとめ貫いまとめ買い

以前はここまで

引用: aeonshop.com

リフォームパートナー

〒679-1122 兵庫県多可郡多可町中区中安田 480

お問い合せ先:0120-600-916