

NEWS LETTER



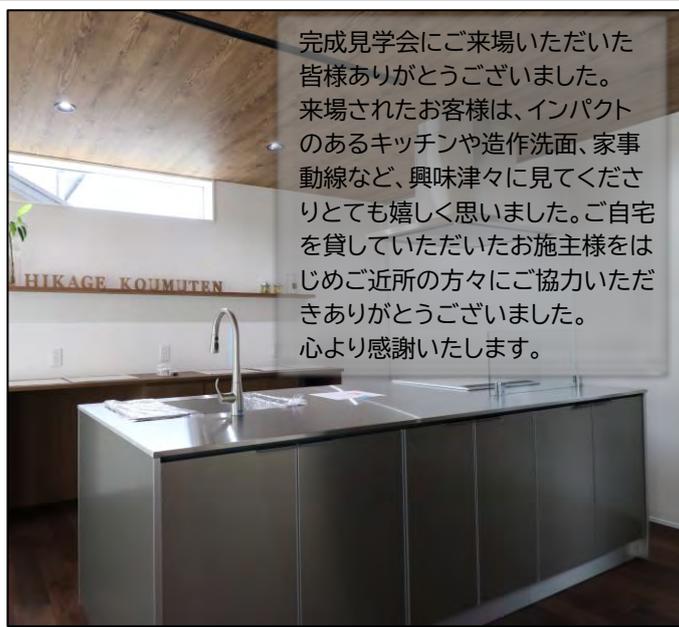
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15 家づくり勉強会
16 家づくり勉強会	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10 | 2022
October

Hikage 日影工務店

〒930-2233 富山市布目3315
TEL : 050-1404-9376

【新築完成見学会 富山市】



完成見学会にご来場いただいた皆様ありがとうございました。来場されたお客様は、インパクトのあるキッチンや造作洗面、家事動線など、興味津々に見てくださりとても嬉しく思いました。ご自宅を貸していただいたお施主様をはじめご近所の方々にご協力いただきありがとうございました。心より感謝いたします。



来場されたお子様は屋外キッズスペースで、スタッフがお預かりしております。見学されている間はスタッフと一緒にコマ作りをしました(*▽*) また、遊びに来てね♪

はじめての家づくり ~ZEHについて~

こんにちは。日影道也です！
今回は**ZEH**についてのお話をします！

ZEH 3つの定義



ZEHとは？ 「Net Zero Energy House」
ネット・ゼロ・エネルギー・ハウスの略称です。
「ZEH」は国が積極的に推進している取り組みでもあり、条件を満たしていれば補助金を受け取ることも可能です。



気密性の高い窓サッシやドア、熱効率の高い給湯システムなどを導入したり、家電は省エネ対応の物を選ぶなどの工夫をするのも効果的です。



太陽光発電システムなどを導入してエネルギーを創り出すことです。日常のエネルギーをまかなうだけでなく、災害時のエネルギーの補充としても役立ちます。



壁や屋根など外気と接する部分に断熱材を施工することで、室内と室外の熱の移動を減らすことができます。

トイレ風水 運氣UP術

風水でトイレは、玄関と同じくとても重要な場所です。居心地の良い空間に整え、自分好みのレイアウトを取り入れることで気持ちも明るくなり、何よりもよい気呼び込んでくれます。

1

掃除をする

トイレは、その家の運気の要といっても過言ではありません。実はどこにあっても吉！とはいかないのがトイレです。家運も隆盛、金運にも恵まれるようにいつも清潔にしておきましょう。



2

絵を飾る

トイレは、常に水気があります。水場の気はどうしても落ち込みやすいので絵もその影響を受けがちです。定期的にパワーあふれる絵にかけかえを行って新しい気を入れてください。



3

気を安定させる

トイレに竹炭を置くことは、有効な風水対策になります。そのままむき出しにせず、バスケットに入れて布をかけるなど、ちょっとスタイリッシュな演出をしてみてください。



CHILD REARING

-ともに子育て-

—小食っ子の悩み解決法！—



ママやパパを悩ませる子どもの小食。
運動量も増え、成長期真っ盛りな子どもにバランスの良い食事をしっかりと食べさせてあげたいですね。
でも現実には色々試したけど、なかなかうまくいかないもの…。食事量が少なければ栄養価の高い食材を使ってみましょう！

Q1

血液のもとになる
鉄分を多く含むのは？



ほうれん草



小松菜

小松菜は、ほうれん草より鉄分を多く含みます。
細かく刻んで、料理にプラスしてみてください。

Q2

骨のもとになる
カルシウムを多く含むのは？



わかめ



ひじき

ひじきは10gで牛乳100mlと同じくらいのカルシウム
を含みます。乳製品や魚が苦手な子にもおすすめです。

Q3

強い骨を維持する
ビタミンDを多く含むのは？



サケ



アジ

サケにはビタミンDが豊富に含まれています。
ほぐした身をご飯に混ぜても◎

Q4

髪や筋肉のもとになる
タンパク質を多く含むのは？



ひきわり納豆



木綿豆腐

同量なら、ひきわり納豆の方が多く含みます。
ごはんにかければ、手軽にタンパク質を補えます。