

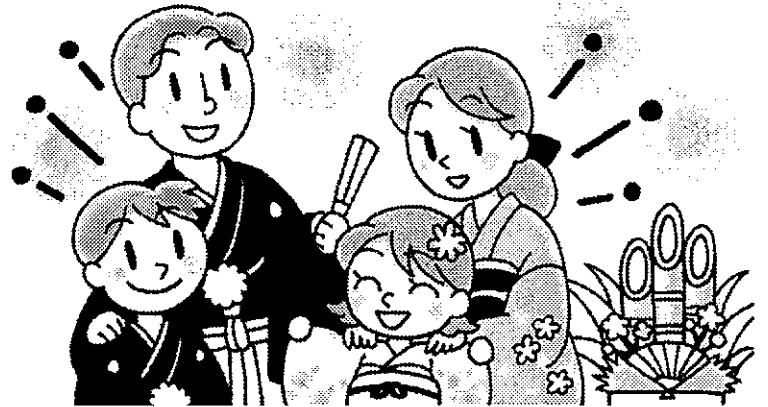
# 「元気」が出る家づくり

発行日 平成26年1月1日

御前崎市新野1824 福代工務店

## 今月のハイライト

- ・～2014年 年頭所感～
- ・カビの発生を防ぐ窓の配置
- ・子育て「子供の肥満と親の生活習慣」
- ・お勤めHP「いいめも おこづかい帳」
- ・お正月を楽しもう！
- ・ようこそ、僕らの家へ



## ～2014年 年頭所感～

みなさん、新年明けましておめでとうございます。

どのような年末年始を過ごされてますでしょうか？

美味しいものをたくさん食べて、ご家族やご親戚やお友達と楽しく過ごし、お正月気分を仕事の糧として今年も頑張りましょう。

日頃バタバタと忙しくしている私ですが、お正月だけはゆっくりするつもりです。

いつもゆっくりしているように見られがちですが・・・

この時期は、だいたい「今年はどんな一年にしていこうかな？」と考えていることが多いのですが、

「2014年(平成26年)福代工務店でやりたいこと、やらなければならないこと」を考えましたので、ちょっとご紹介します。

- ・消費税増税とアベノミクスで物価がどんどん上がってくるが、住宅の価格は絶対に上げずにクオリティを維持する。
- ・毎年毎年、お仕事をいただいたオーナーの皆様をしっかりとフォローし、メンテナンスを充実させる為に社員・協力業者との連携を密にする。
- ・お客様が家づくりに失敗しない知識をつける為のマイホーム勉強会・講座を無料で定期的で開催する。・・・などです。

もちろんその他にもやりたいことはたくさんありますが、数えあげればキリが無いので、このくらいにしておきましょう！

仕事以外で

一番に思うことは、

『健康第一』ですね。

自分の体は自分がよくわかりません。

みなさんも無理しないで

一年お過ごしください。

いずれにしても本年も福代工務店は全力疾走しますので、見失わないようにみなさんも一緒についてきてくださいね！(笑)

よろしくお祈りします。

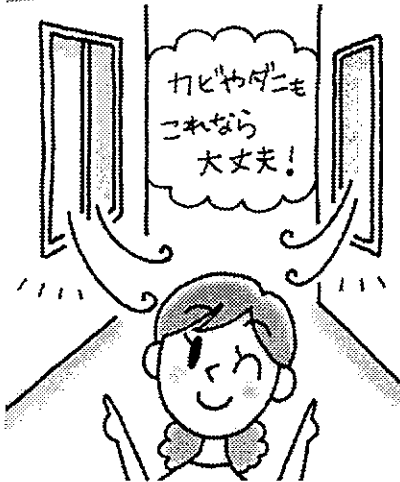
それでは！

福代正人



## 家づくりワンポイント

### <カビの発生を防ぐ窓の配置>



冬場は暖房によって窓が結露し、サッシのゴムパッキンやカーテンなどにカビが発生することがあります。長い間家を留守にしたときも、家の中がカビ臭くなったりしますね。

結露やカビには換気が関係しています。換気の悪い家は室内に湿気が溜まってしまい、結露やカビの原因になります。カビは表面だけでなく、壁の内側や床下など家の骨組みも腐らせ、家の耐久性を著しく低下させます。また、カビや

湿度を好むダニの発生によってアレルギーを誘発するなど、住んでいる人の健康面にも良くありません。結露やカビの発生を防ぐには換気に注意し、風通しを良くすることが大切です。

そのため、家づくりの際には窓の配置がポイントになります。向かい合った二方向の壁に窓を設けるのが理想的で、真向かいではなく、上下や左右に少しずらして窓を設計すると、より効率的に換気できるでしょう。



## 子育てQ&A

### <子供の肥満と親の生活習慣>

Q

子供が学校の検診で肥満を注意されました。実は、両親とも太っています。親の肥満は子供にも影響するのでしょうか。

A

両親が肥満の場合、子供も肥満になる傾向が高いといわれています。遺伝的なものもありますが、同じ家で一緒に生活をしていけば親子の生活は似てくるものです。親の食生活が乱れていけば子供の食事も乱れがちになるでしょうし、親が寝転がってテレビを見ていけば子供だって同じことをします。親が運動をしないのに、子供にだけ「運動して痩せ

なさい」とは言えませんね。つまり遺伝というより、親の生活習慣のほうが子供の肥満に影響するのです。

また、肥満児は肥満のまま大人になる可能性が高いとも聞きます。肥満は生活習慣病を招く大きな要素であることはご存知でしょう。「うちの子、ちょっと肥満気味かしら？」と思ったら、まずは親が自分たちの生活習慣を見直してみる必要がありますね。



## 新年のご挨拶

### 福代里美

明けましておめでとうございます。今年も宜しくお願いたします。住宅新築工事は勿論リフォームなど住宅に関する事なら安心して福代工務店にお任せください。さて2014年の始まりですね！平成26年となり元年に生まれた私の姪っ子も25歳になるのかと思うと私も歳をとるわけです（苦笑）

いつものごとく今年、どんな年になるかな～なんて考えます。福代家的には長男が高校3年生となり次男は高校1年生、三男は小学6年生になります。少年野球を頑張っている三男は「キャプテン」をやりたいそうで、そう思う事が凄いな～と感心します。なおキャプテンはコーチが決めるので

どうなるかな?!楽しみ!!(^\_^)と云うことで少年野球で最年長学年となり今年の週末は野球漬けになります。朝、早かったりと大変な事もありますが楽しい父兄サン達と充実した時間が過ごせそうです。皆様にとっても充実した良い年になります様に!



## 今月のお薦めホームページ

### ●いいも おこづかい帳 <http://www.ememo.jp/okodukai/>

「年の初めの三日坊主」といえば、日記・家計簿・禁煙禁酒宣言でしょうか。とくに家計簿は、レシートの保存や記帳・計算のわずらわしさから続かない人が多いようです。

でも、今年こそ続けたい……。そんな人におすすめなのが、「いいも おこづかい帳」です。「買ったもの」と「金額」をケータイ（またはPHS）のメールにメモして専用メールアドレスに送

信すると、使った金額を累積して返信メールにまとめてくれるサービスで、利用料は通信費のみ。複数の買い物も一度にまとめられ、買ったその場で記録できる手軽さは家計簿三日坊主の強い味方になりそうですね。

家計簿を続けるコツは細かくやり過ぎないことだと聞きます。まずは「いいも」で大雑把に記録する習慣をつけるといいかも！



## アイデアノート お正月を楽しもう！

お正月は、年中行事の中でもとくに大事な一つです。昔の人にとってお正月は「年のはじめのお祝い」以上の意味がありました。今回は、お正月の由来とお正月にまつわる行事を紹介します。

### ●年神様を迎えるためのお正月

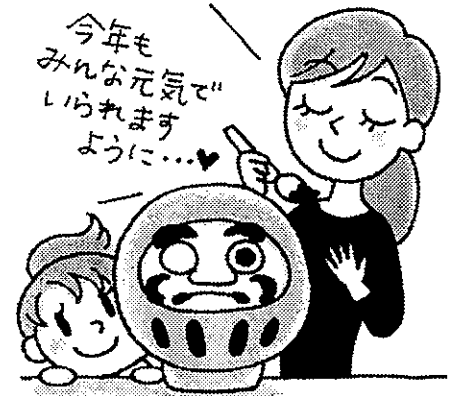
昔の人にとってお正月は、各家庭に「年神様」をお迎えするための大切な行事でした。年神様とは、新しく迎える一年の間家族を守り、穀物の実りを与えるため、家ごとにやって来てくれる来方神や祖先の霊のこと。お正月には松飾り、鏡餅、しめ縄、おせち料理、お雑煮などを用意しますが、これらはすべて年神様を迎えるための準備なのです。



### ●鏡開きの餅は切らずに「割る」

1月11日は「鏡開き」の日。その昔は、年神様にお供えした鏡餅を下げて金づちなどで小さく割り、お雑煮やおしるこ、揚げ餅などにして家族揃っていただき、その年の家族円満を願いました。また、鏡餅を食べると力が授けられるとも信じられていたそうです。これはもともと武士の風習だったそうで、お餅を包丁で切るのは切腹を連想させるので叩いて割るようになったとか。

近年は真空パック入りのお餅が回っていますが、ご家庭でつくった鏡餅などは飾っている間にかびが生えてしまいがちですね。お餅を飾るときは、清潔なハケなどでお餅が重なる部分や底に焼酎を塗っておくとカビの発生を抑えられるそうです。お試しあれ。



### ●だるまで今年一年の願かけ

1月の縁日から、地方によっては4月頃まで、東日本を中心に神社やその界隈でだるま市が開かれます。願い事のある人は、だるまを買って願かけをしてみませんか。だるまの願かけにはしきたりがあり、太陽が昇る頃に願い事を唱えながらだるまの左目に黒目を入れ、神棚か吉を呼ぶ南の方角に飾ります。願いが叶ったら右目にも黒目を入れてあげましょう。だるまは、買ってから一年後にお炊き上げなどをして納めるのが習わしなので、購入時に納め方も聞いておくといいですね。

## ローコスト住宅研究会事務局

## 福代工務店 ピープル・ホーム

〒437-1611

静岡県御前崎市新野1824

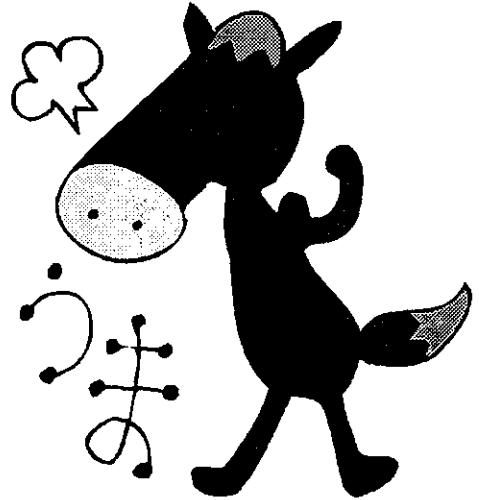
電話 0537-86-3658

Fax 0537-86-5139

## わたしたちは 家づくり応援団



福代工務店のクロス・カーテン屋さん  
あおい装飾 豊田 重光  
父の代からのお付き合いで協力業者さん  
の中のリーダー各です。  
経験豊富なので私の良き相談相手。



いつも元気モリモリで皆を楽しませてくれます。現場は信頼の置ける奥に弟さんを中心に若い職人さん達で動いています。来月は弟さんを紹介します。



## ようこそ、僕らの家へ

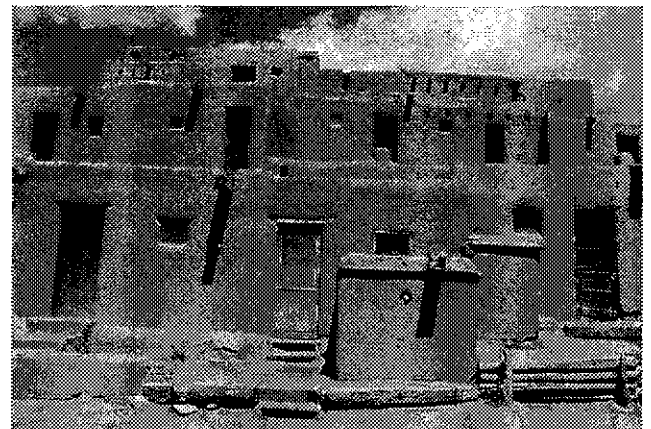
## 日干しレンガの家

～アメリカ南西部など（先住民の家）～

アメリカのサンタフェを旅したことのある人は、「サンタフェスタイル」と呼ばれる日干しレンガ造りの建物を数多く目にしたことでしょう。この日干しレンガは「アドベ」といって、数百年もの間、アメリカ南西部や中央アメリカ、南米のアンデス山脈地域の先住民が家づくりに使ってきた天然建材です。

アドベの原料は、水や砂を混ぜた粘土と有機素材（ワラや動物の糞など）です。ワラや動物の糞にはレンガを固めて全体を均等に乾燥させる役割があり、耐久性にも富むことから、現存する最古の建築物によく使われているそうです。また、アドベの建物は吸収した熱をゆっくりと放出するので、建物の内部が涼しく保たれ、暑くて乾いた気候に適しているそうです。

しかし、耐久性を誇るアドベ造りも、現在の大地震には勝てないようです。昨年起こった南米のペルー沖



「アドベ(日干しレンガ)」を用いた家

地震では、アドベによる住宅がもっとも被害をこうむってしまいました。住民自身が建てる場合が多く、耐震性の考慮がほとんどなされていなかったことが原因だそうです。この事実を受けて、ペルー全土を対象にした耐震性アドベ住宅の普及プロジェクトが進んでいます。昔ながらの良さに現代の技術を取り入れた新しいアドベ住宅が、ペルーの人々を地震から守ってくれますように……。

# おかげ様

おかげ様で2013年もたくさんのお客様にめぐり逢えて  
すばらしい1年となりました。感謝いたします。

2013年も振り返ろうと思ってもスケジュール表を見ないと  
何があったのか分からない年齢となりました。(笑) きっと毎日が  
平和だったのだと思います。

色々な所に出かける機会が多い方だと思ふ。その  
機会に友達や知人が増えました。新しい友達は、私の周りには  
いないタイプで、とにかく面白い。新しい知人は、今まで見かけた事は  
あっても話をしたことの無い方で今年、知人になりました。  
学生時代は、常に同じ親友と接し楽しく過ごしていましたが  
親友もお嫁に行ったりして会う機会も少なくなりました。  
でも、その分新しい友達などが出来て幸せだと思います。  
感謝♡感謝です。

生まれてくる前の子供には「五体満足」を望み。生まれた子供には  
「はえやかけ」と望み。親の欲は尽きません。福代家の家族が  
健康に生活でき毎日美味しいご飯が食べれたことを感謝して  
年末には墓前で「おかげ様でありがとうございます」と手を合わ  
せたいと思います。

それでは今年も1年お世話になりました。よい年をお迎えください。

合掌 2013.12 福代 野