



謹賀新年

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

旧年中は格別なご高配を賜り、誠にありがとうございました。

さて、未だ記憶に新しい3.11の東日本大震災では皆様も大変ご不便をなされたことと思います。未だ行方不明の方が数多くおられ心痛の極みであります。災害に対する備え、心構えを再度見直し、より安全な家づくりを目指しお客様の幸せな家庭に少しでも貢献できればと意を新たにしております。

身近なところでの災害の最たるものは火災ではないでしょうか。当社のお客様で石油ファンヒーターをご使用の方はほとんどおられないと思いますが、十分に気を付けていただきたいと思います。

厳しいデフレ経済の下で当社も一部業務を縮小しております。特に庄内の皆様にはアフターサービス等で行き届かない面が多々あり、ご不便をお掛けしておりますことをお詫び申し上げます。

さて、今年は明るい年になることを祈り、役職員一同、初心にかえり皆様のご信頼に応えることができるよう精一杯努力してまいりますので本年も何卒ご愛顧、ご指導の程よろしくお願い申し上げます。

平成24年元旦

(株)四季の住まい 代表取締役 後藤 勉
社員一同

2012年1月発行

思い新たに 新春号

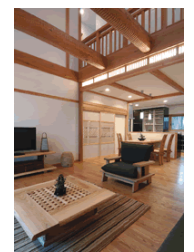
Produced by (株)四季の住まい

四季彩々

HAPPY NEW YEAR 2012!!

We wish this year will be the happiest and fruitful for you!
And may this New Year bring you Godzillion wonderful moments and the very best of everything!

年始年末は12/30(金)~1/6(金)まで休業とさせていただきます。





自然素材をふんだんに取り入れたこだわりの

住まい～家族の笑顔がいっぱい見える家

東根市 S様邸 平成23年9月完成

冬の晴れ間に白壁が眩しくキラキラと輝く佇まい。古民家風にデザインされた落ち着きのある住まい。ウッドデッキには、トップライト（天窗）からの陽ざしがやさしい。

今回は東根市S様宅にお伺いしました。白塗りの壁に濃茶色の柱梁が重厚感を感じさせてくれます。玄関に入ると一転して、自然でやわらかく明るい空間が広がります。ホール正面には珪藻土で仕上げられた壁に飾棚（ニッチ）がお客様を迎えてくれます。そして、ホールからリビング、ダイニング、キッチンまで仕切りのない全面栗ムク材のワンフロアです。畳コーナーの引戸を全開すると約26帖超の大空間！！リビングルームの吹抜けとスチール手摺のスリット階段で、さらに開放的な大空間が広がって気持ちいいですね。

●お住まいを建てるきっかけは？

前住居は築40年の木造で、とにかく冬寒く廊下や台所は吐く息が白くなるほどでした。以前から外断熱・二重通気のソーラーサーキット工法に興味があり、建てる時は「これしかない！」と決めていました。子供が生まれたことをきっかけに、四季の住まいの見学会で暖かさを体感したことで、ここで建てようと思いを固めました。

●お住まいを選んだ理由は？

冬暖かく、夏も涼しいソーラーサーキット工法に惚れたこと。そして、実際に建てた家を見て、自然素材と暖かさを肌で感じて確信しました。



●お住まいのこだわりは？

外観は、古民家（民芸）調和風のデザイン。内装も和の雰囲気を出しながら、自然素材のナチュラルな明るさにこだわりました。そして、いつも家族が集まる場所は広々と開放感を感じながら、和室も本格的にしっかりと造りたかった！とご主人。

まさに、その通りになって本当に満足です！とお二人からの最高のお言葉。

●お気に入りの場所は？

何といたってもキッチンに居ながら子供の動きがいつも見えるのが良かった！そして、食品庫を造ったことでキッチンにはいつもスッキリと片付いてうれしい！と奥様。あと、冬でも洗濯物が乾いて本当にうれしい！と笑顔。また、独立した二間の和室をつなぐ少し広めの広縁がすごく便利なんです、とご主人。そして、少し上を見上げながら「吹抜けの窓から見える青空や雲が気持ちいいんですよ～」と、その言葉通り冬の空は空気が澄んでいて本当に気持ち良かったですね！「夏にはリビングの両開き窓を全開してウッドデッキで夕涼みできるんです！」と満面の笑顔のご主人。そんなご家族の笑顔が本当に印象的でした。

●これから住まいを建てる方へのメッセージ

最後に、これから住まいを建てる方へのメッセージをいただきました。

「自分たちのイメージやこだわりを伝えられるよう、依頼先と何度もやりとりを重ねることが大切です！」との一言。私たちも、皆様の夢をかなえられるよう頑張ります！！

ご家族の笑顔がすてきなS様邸で心温まるひと時を過ごさせていただきました。

ご協力ありがとうございました！





❁みんなが悩んでいる尿のおはなし

―夜間頻尿でお悩みではありませんか？―❁

40歳以上の日本人の7割が夜間排尿のために1回以上起きるといふ報告があります。夜間の排尿回数が2回以上になると生活の質を損ない、治療対象となることがあります。今回は多くの方が悩んでいると言われている「夜間頻尿」についてのお話です。

夜間頻尿の原因は？

夜間頻尿のおもな原因は「夜間尿量の増加」と「膀胱容量の減少」、「睡眠障害」があります。一般に頻尿といっても、排尿回数が多いのは夜間だけか？一日中なのか？1回の尿量が多いのか、少ないのか、症状は千差万別です。

夜間のみ排尿が多い場合は？

夜間多尿であれば、まず第一に就寝前の飲酒やカフェインを控えましょう。就寝前の水分の過剰な摂取を控えることも大切です。また、高血圧症や腎機能低下になると、様々なホルモンの働きにより夜間に尿量が増えることがわかっています。

排尿困難や尿意切迫がありますか？

前立腺肥大症では、尿の勢いがなく、排尿に時間がかかるなどの排尿困難症状が現れます。また、同時に夜間頻尿や尿意切迫（突然に起こる耐えがたい尿意）等の症状を伴うことが多いです。気になる場合は、お近くの泌尿器科に相談してみましょう。

睡眠障害と寒さを放置しない！

また、睡眠障害はしばしば頻尿の原因となります。また、寒さも頻尿の原因となります。十分な寒さ対策が大切です。



社長から山の情報

「春の山菜」「秋のきのこ」を楽しむ会を今年も続けていきたいと思ひます。

新春おめでとうございます。

誌上からの挨拶になりますが、本年もよろしくお願ひいたします。

山のことなど昨年を振り返ってみますと、年明け早々から腰痛に悩まされ、鍼灸院にて治療を受け、春の山菜に備えようとしたが、全く良ならず3月に済生病院の整形外科で治療を受け、脊柱管狭窄症との診断でした。

当初、投薬にて我慢をしていましたが根本的な解決にはならず思い切って5月に手術をし3週間程入院をしました。

そんなことで春の山菜は全く駄目でした。山の仲間からの新鮮な山菜の差し入れで少しは思いは果たせましたが・・・秋のきのこは前号にて少し書きましたが、猛暑の影響にて過去に例を聞かない程の不作、それでも何とか10月23日の「きのこを楽しむ会」を開催でき、40名近い方の参加をいただき7種類程のきのこを準備できました。なかにはほとんどの方が生まれて初めて食べたという珍しいきのこもあり、皆様に喜んでいただきました。

5月30日に手術をしてからちょうど6ヶ月の11月29日に手術後の経過診察（前回は8月）がありました。レントゲン写真も異常なし、経過良好とのことで登山もOK。15kg位までならリュックを背負っても大丈夫とのこと。早速この原稿をまとめるため今年最後の登山を面白山（1,264m）と決め、12月7日に予定を組みましたが3～4日前からの寒波で高い山の7合目あたりから上の方は雪で真っ白。当日の朝も頂上付近は真っ白の様子なので予定を変更し、中腹の風穴で有名なジャガラモガラの奥の雨呼山（905m）に登りました。幸いに天候に恵まれ一人気ままにゆっくりと初冬の山を楽しみました。頂上はブナ林に覆われているので眺望は良くありませんが、危険な所はなく家族連れでも安全な山です。頂上手前に竜神の池があり古来雨乞いの山として有名です。新緑の5月頃又登りたいと思ひました。（後藤 勉）



四季彩々 四季彩々



浴室のカビ対策

建設担当 岡崎から
今回はカビ対策とカギの差し込み
についてのお知らせです♪



◆入浴後の換気と除湿

カビは湿気が多いところを好むので、最も被害を受けやすいのは浴室です。カビを防ぐには、湿気を取り除くことが第一。入浴後は必ず換気扇を回し、水蒸気を外に出しましょう。

また、浴室換気乾燥機は、雨の日や梅雨時の洗濯物干しだけがしごとではありません。最後に入浴した人は、浴室換気乾燥機で十分乾燥させておきましょう。



◆浴室は清潔に

飛び散った石鹸の泡に含まれる人の垢などは、絶好のカビの栄養になります。換気と除湿に加え、掃除をきちんと行えば浴室の防カビは万全です。壁や床に飛び散った泡は、やはり最後に入浴した方がきれいに洗い流しておきましょう。



◆^{カギ}鍵について

お客様から時々「カギの差し込みが固くなったのですが、どうしたらいいでしょうか？」とのご質問を受けますので、カギについて少し触れたいと思います。

➤カギのすべりを良くするには？→鉛筆の芯を削り、その粉をカギにまぶしてカギ穴に差し込み、カギを回します。何度か繰り返してください。市販の錠前スベリでも同様に使えます。

➤注意点：カギ穴に「油」を差さないでください。ホコリがつきやすくなり、余計悪化することがあります。「防サビ潤滑剤」も使用しないでください。

🎯 目指すは“住まいのホームドクター”

住まいの不具合でお困りではありませんか？
雪止め金具の損傷などはございませんか？
どんな小さなことでもお気軽に声を掛けて下さい。
また、住まいに関するご質問（「こんな時どうしたらいいの？」「こんなことで困ってるんだけど」等）
お寄せください！

🎯 わからない点がありましたら、お気軽に建設担当の岡崎までご連絡下さい。なお、アフターメンテナンス担当は今年度から大宮に変わりますので、よろしくお願いたします。

メールアドレスは→→→ customer-support@shikinosumai.co.jp です。

■ 編集後記 ■

あけましておめでとうございます。いよいよ新しい一年の始まりですね。私はここ数年、



年初にその年の目標を手帳に書き込むようにしています。昨年度の目標は「英会話の勉強を始める」と「ケアマネージャーの資格を取る」でした。前者は達成したものの、後者は残念ながら落第、未達成となってしまいました。（涙）

さて、今年はどんな目標を立てましょうか？ 今年辰年。龍の如く、天を昇り、天を駆け巡る、そんな勢いのある年になるといいですね。（如）

四季彩々 2012年 新春号

■発行日/2012年1月1日

■発行：(株)四季の住まい

〒990-0051 山形市銅町2丁目13-11

TEL: 023-615-6161 FAX: 023-615-6162

E-mail: gotou@shikinosumai.co.jp

ホームページに是非お越し下さい。

<http://www.shikinosumai.jp>