

暮らしの知恵


北海道ではいよいよ本格的な夏がやってきました! エアコンで室内を涼しく…といきたいところですが、節電をしながら上手に体感温度を下げる知恵をご紹介します!!

帯広は雨ばかりで木材が大きくなっちゃいます! アーニスト農園も全滅に近く、何も採れません…。8月になったら天気が良くなるとの予報ですが、このままでは畑に入れません。

山形県南陽市の章和ホーム(株)様を見学させてもらいに行ってきました。大変お心遣いのある建物でした。良いところは取り入れて、お客様により良い商品を提供していきたいと思います。上杉博物館を観光させていただき、上杉謙信公様が泊まったという、大文字屋様に宿泊してきました🌟

代表: 田子 勝



① 部屋に空気の流れをつくる

外気を上手に取り入れ、室内に空気の流れをつくれれば、エアコンは使わなくても快適な環境をつくり出すことができます。窓は必ず2か所開けること。北側と対角線上の南側です。空気を取り込むには窓を全開にするのではなく、わずかな隙間をつくってあげるほうが流入に勢いがつきます。

② 室外で熱を遮る

断熱対策を行う場合は可能であれば室内より室外で対策をする方がもちろん効果大です! 熱が室内に入ってしまうと家の中の遮熱・放熱が難しくなります。熱が窓から家の中に入る前に遮断できれば効果的に室内の上昇を抑えることができます。

③ 覚えておこう「体を冷やす野菜」

体を冷やす力を持っている夏野菜。通称「クールベジタブル」。体の余分な熱を逃がしてくれる”カリウムと水分を含む野菜“のことです。ナス・トマト・キュウリ・ズッキーニ・ゴーヤ・スイカ・レタス…などなど、主に夏の旬の野菜がこれにあたります。特に「ナス」は体を冷やす効果が強いのです!

これから夏本番です。熱中症を防ぐためにも様々な知恵で乗り切りましょう! どうしても暑くてエアコンを使用する場合は、扇風機を併用し、扇風機をエアコンの対角線上に置いて、天井に向けて使うと効率よく室内の温度が下がります。ぜひ、試してみてくださいね(#^#)

編集後記

もうすぐ8月だというのに、お天気が続いていいますね。いっぴなたら太陽は顔を出して、水遊び♪夏らしいことごとくウズウズしています。さて、先月に引き続き、水槽のお魚を紹介したいと思います! もうすぐ恒例になりましたね。お魚は、パールグラミーちゃんです。パールグラミーは、体の白い斑点模様。真珠のように見えることからこの名前が付いたようです。3匹いるのですが、泳ぐたびにキラキラと光る模様が、とてもきれいで水槽が明るくなります。そしてこのグラミーちゃん、なんともかわいい行動をみせてくれるのです! その行動とは…なんと、キス❤3匹仲がいいんだなあ(笑)と微笑ましく眺めていました。この行動には威嚇をしているという説も…。ただはつきりとした真相はわかりません。もしグラミーに詳しい方がいらしたら、真実を教えてください(笑)

発行元: **株式会社アーニストホーム**

長期優良住宅化リフォーム推進事業

長期優良住宅化リフォーム推進事業は、インスペクション(建築士による建物調査)、性能の向上を図るリフォームや三世同居等の複数世帯の同居への対応に資するリフォーム、及び適切なメンテナンスによる既存住宅ストックの長寿命化に資する優良な取り組みに対し、国が事業の実施費用の一部を助成するものです。

平成28年 長期優良住宅化リフォーム推進事業 通年申請で

国の補助金活用で **お得にリフォーム!**

対象リフォーム工事費用の約1/3
三世同居なら、さらに **+50%**

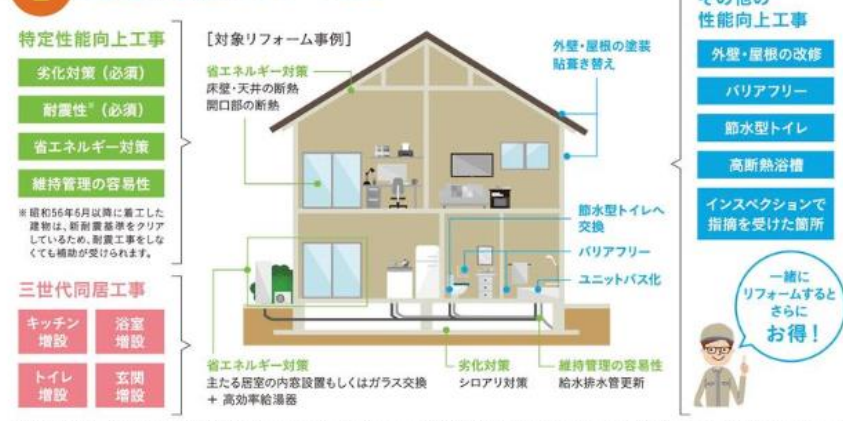
100万円の補助金がもらえます!

今なら誰でも申請できます。(2016年10月31日まで/予定)

長期優良住宅化リフォーム推進事業とは? ▶▶▶ 質の高い中古住宅や子育てしやすい環境づくりのため既存住宅の長寿命化や三世同居へのリフォームに対する費用を国が支援する制度です。

STEP 1 リフォーム前に住まいの劣化状況を診断(インスペクション)
住まいの不具合確認や基準を満たすためにどこをリフォームしたら良いかチェックします。

STEP 2 国の基準を満たすリフォーム工事



この補助金制度は、リフォームなら何でもOKというわけにはいきません。例えば外壁・屋根改修だけを行う場合は補助対象になりませんが、耐震化・省エネ化・長寿命化工事などと合わせて行うことで、これらの工事も補助対象とできる場合があります。リフォームで住宅を長く大切に使う、あるいは、親との同居リフォームを考えているといった場合は、ぜひ一度ご相談下さい。

STEP 3 リフォーム後は良質な住まいを維持
点検箇所とサイクル、住まいをどうやって維持するのか、維持保全計画を提出します。

対象リフォームにかかった工事費用の約1/3(1戸あたり最大100万円まで、三世同居ならさらに+50万円)の補助金がもらえます!

アーニーつうしん7月号当選者発表は発送をもってかえさせていただきます。

クロスワードクイズ

応募していただいた方の中から抽選で5名様に

子ども商品券 500円分をプレゼント!!

1	2		3	4
			5	
6				
7			8	9
		10		

たてのびんごうにせうかき

よこのびんごうにせうかき

タテのカギ

- 話し手が自分を指す言葉。
- 受験者に対面して試験を行う人。試験の監督。
- 真の値と計算・測定して得た近似値との差。
- 喪中の人や弔問者が着る黒・薄墨色の衣服。
- 国費や公費をまかなうため、国や地方公共団体へ国民が納める金銭。

ヨコのカギ

- 縄で作ったはしご。
- 今日の朝。
- 木の切れ端。木切れ。
- 盛り上がっていて区切りになっているところ。
- 空気の動き、空気の流れ。
- 長さ・重さ・量などをはかるもとなるもの。

クイズに答えてGETしよう!

11がキで応募してね

「アーニーつうしん8月号」係まで!

8月20日(土)

応募締切 ※消印有効

春に仲間入りした

フレッシュなメンバーをご紹介します



profile

あだ名:クマ
出身:帯広市
性格:明るい
熱中していること:車・筋トレ
夢:尊敬される人
お家造りに対して:
がんばります!!!



profile

あだ名:さかわ、ゆっぺい
出身:北海道
性格:明るく元気
熱中していること:日々、美味しいものを食べる
夢:見た目から中身全てかっこいい人になる
お家造りに対して:まじめに取り組みます!!

1人でも現場を持てるよう頑張りたいと思います!!



まだまだ未熟者ですが、お客様が求めている家が作れるよう頑張ります!!!



よろしくおねがいします

Free Board

~今月0できごと~



友人たちと焼肉をしました
たべ(*'▽')/今年初 BBQ
でした!とっても贅沢な焼
肉でした-
マイマイ



先日友達と hikarikitchen さんに
launch に行ってきました(^)見た目が
とっても可愛い!!カレー味のスープも
美味しかったです!私もこんなお洒落
な料理を作れるようになりたいです
かんず



熱帯魚シリーズです(*^▽^*)ベタ
のジャスミンちゃんが優雅に泳い
ております♪こんなところに入る?
というようなところに隠れてくれ
るので面白いです! むくげん