

- ・「住まいの防寒対策で健康生活へ」
- ・今月のイチオシ「ソーラーカーポート」
- ・かんたんレシピ「ガーリックごま油鍋」
- ・施工事例「K様邸耐震改修工事」
- ・暮らしのDIY「体験写真」

今月の話題

朝晩と昼間の寒暖差に体調を崩すことも多くなるこの時期

住まいの防寒対策で健康生活へ

冬が近づくとよく耳にするワード『ヒートショック』

実はヒートショックが原因で亡くなる人は全国で年間1万人以上もいます。

原因の中でトップに入るのは『入浴時の温度差』で高齢者に発生が多い傾向です。

年齢が上がると「暑い・寒い」の感覚が鈍くなり、自分では大丈夫なつもりでも、

急激な温度差で血管や心臓に負担が掛かってしまっており、突然の発生に至ります。



全国ランキングで、大分県は

お風呂の温度が高い都道府県 第3位！

ヒートショック予備軍が多い都道府県 第5位！

(参考)リンナイ調べ

意外にも、ヒートショックの危険性が高い大分県！

皆さんも健康で快適な

お風呂について考えてみませんか？

すぐに始めてみよう！

入浴時の対策ポイント！

湯はり時に浴室を暖める

脱衣室も暖めておく

湯温設定は41度以下に

入浴前に家族に一言かける

入浴前に水分を取る

かけ湯をしてから入る

お湯に浸かるのは10分以内

ヒートショックはリフォームで快適に予防ができます！

1 浴室暖房乾燥機 洗面脱衣所暖房を設置



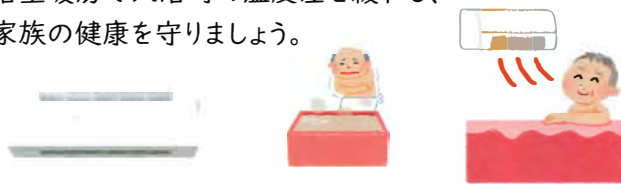
冬、暖かいのは浴槽の中だけで洗い場は寒いまま...

この温度差は体への負担が大きく危険な状態です。

現在使用してるお風呂のままでも浴室暖房機を設置できます。(タイル張り在来浴室も可)

浴室暖房で入浴時の温度差を緩和し、

家族の健康を守りましょう。



※脱衣室に取り付けるタイプもあります。

2 お風呂をユニットバスに



ユニットバスは、外気が浴室に伝わりにくく、

冬でも浴室内の保温を保てるのが特徴。

断熱クッション層と高強度断熱材の

W断熱構造で床からの冷気を抑えるTOTOのシステムバスで、

冬もあたたかなお風呂に早変わり。



3 今ある窓に内窓を設置

断熱性の低い窓は、暑さ・寒さの熱の影響を多く受けてしまいます。



かんたんマドリモ内窓プラマードUは、古い窓の室内側にもう1つ窓を取付けて窓を2重とすることで断熱性の高い二重窓となります。

取付けも簡単で、今ある窓と内窓の間に空気層ができることで、冷たい外気の影響を受けにくくなります。

熱を伝えにくい樹脂のフレームが、さらに断熱効果を高めます。

いまある窓 アルミフレーム

空気層で断熱 間に空気をはさむと熱は伝わりにくくなります。

寒い！

暖かい！

シャツ1枚

空気をたくさん含むダウンジャケット

内窓 プラマードU 樹脂フレーム

樹脂フレームで断熱 樹脂はアルミの1000倍熱を伝えにくい素材です。

冷たい！

冷たくない！

アルミのコップ

樹脂のコップ

寒さの厳しくなる前の今がリフォームにはベストな時期です！気になる点などまずはお問い合わせ下さい！

今月のイチオシ

まだご家庭に太陽光発電システムを

設置していない方必見!

増設も可!

設置イメージ



特別価格にてご提供致します  
※詳しくはお問い合わせください

ソーラーカーポート

MOENZO ～燃えんぞう～



- 2台用設置で出力6.3kW
- 両面パネルを使用。効率よく発電
- 風速44m/s対応タイプ有。風の強い地域でも設置可
- 高い耐火性能で防火地域へも設置可
- 10年の製品保証・30年のパネル出力保証付
- 施工期間約3日間(電気工事含む)



だれでも  
カンタン

食欲がすすむ ～ガーリックごま油鍋～

だんだん涼しくなり、鍋の季節になりますね。今回は、簡単に出来る鍋レシピを紹介します♪



材料(約3~4人分)

- ・白菜 大根 にんじん 長ネギ 椎茸 豚肉 ウィナー 等
- … お好みの具材 適量

☆出汁☆

- ・ニンニク …2片
- ・ごま油(仕上げ用) …大さじ1 (A)
- ・ごま油 …大さじ4
- ・醤油 …大さじ2
- ・料理酒 …大さじ2
- ・みりん …大さじ2
- ・顆粒和風だし …小さじ2



作り方

- 1.お好みの具材を食べやすいサイズに切り下準備します
- 2.ニンニクを包丁の腹でつぶします
- 3.鍋に水、(A)、つぶしたニンニク、火の通りにくい具材を先に入れて中火で加熱し、ひと煮立ちさせます
- 4.ひと煮立ちしたら、残りの具材を入れて蓋をし、中火で10分程、具材が柔らかくなるまで加熱します。仕上げに、ごま油を回しかけて完成です!

～ポイント ごま油効能について～

- 1.コレステロール値を下げ、動脈硬化を予防
- 2.抗酸化物質で血管の老化を防ぐ、アンチエイジング効果
- 3.腸を活発にし便秘の解消、腸内環境の改善

ごま油を摂取することで  
色々な効果が期待できそうですね!



施工事例 ～K様邸耐震改修工事(外観)～

耐震性能を向上させるために減築し、玄関横に駐車スペースを設けました。さらに、窓を2ヶ所設けたことで、日当たりも良くなりました。



施工後



施工前

施工中

工事させて頂き誠に有難うございました

暮らしのDIY  
夏休み特別企画

体験写真が  
届きました♪



楽しく  
製作して  
頂きました

追加でキットもご準備しております!  
誰でもご希望の方には差し上げます!

---- お問い合わせは ----  
小代築炉工業株式会社  
〒879-2458 大分県津久見市入船西町21-1  
電話:0972-82-4155 ファックス:0972-82-5280  
メール:home@koshiro.co.jp

公式HP



LINE



facebook



instagram

