



# 瓦版2月号



かわらばん

大きな信頼、豊富な実績で住まいを創る 創業昭和25年



株式会社 佐藤工務店  
一級建築士事務所  
TEL: 03(3334)0082  
FAX: 03(3334)0034  
〒168-0071 東京都杉並区高井戸西2-12-23

一般社団法人  
リフォームパートナー協議会



注文建築設計施工 内装工事 外装工事 リフォーム工事

当社は国土交通大臣登録団体の会員です

## すまいのアレコレ

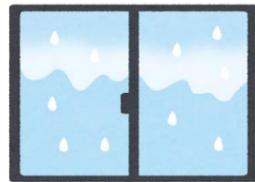
強烈寒波にご注意を.....!!



### 結露と凍結は油断大敵!!

今年は全国を強烈な寒波が襲い、各地で大量の積雪が報じられています。2月は1年のうちで最も寒くなる時期ですから、寒さや大雪対策はこれからが本番と言えるでしょう。水道管などの住宅設備の凍結や、溶けかけた雪による氷での転倒に気をつけてください。

また、この時期は窓や壁に結露が生じてしまいがち。こまめにチェックして、拭き取るようにしましょう。放置しておくとかび等が発生し、アレルギーを発症してしまいますよ!



そこにはつついというなずいてしまう知恵が!

## 建築用語辞典

### 旗竿地(はたざお・ち)

旗竿地とは、細い路地を通った先にある奥まった土地のこと。真上から見ると、ちょうど竿につけた旗のような形をしていることから名付けられました。

一般的には敷地の道路に接続している部分が狭くなるため、価格はかなり低くなります。しかし、場合によってはお買い得となることもあるので、最初から購入候補から外すのはもったいないものです。まずは下記の基準で竿に当たる部分の幅をチェックしてみましょう。

- 幅2メートル:車は駐車できないと考えた方がよい
- 幅3メートル前後:駐車できないこともないが、かなり厳しい
- 幅4メートル前後:十分、駐車スペースが取れる。お買い得な土地かも!?



## 健康で運氣UP!



2月は お風呂場などの寒暖差で発生するのが「ヒートショック」。血圧の変動によって失神したり、心筋梗塞や脳梗塞を起こす現象です。脱衣所をヒーターで暖めたり、入浴前に水分を補給するなどして、予防してくださいね!

### 「ノドの乾燥」に要注意!

1年で最も寒いこの時期は、空気が最も乾燥する季節でもあります。今年は新型コロナ対策でマスクをする機会が多いので、外出時のノドは潤っていますが、帰宅後の室内はどうでしょうか?

特に寝起きのノドがカラカラの場合は要注意。ノドの粘膜が乾いていると、病気を引き起こす細菌やウイルスが体内に侵入しやすくなります。下記の方法で、室内の湿度をアップさせてくださいね。

- 加湿器を使用する
- 暖房器具でお湯を沸かす
- 室内で洗濯物を干す



## おいしいかも!

ダイエットは普段の食生活から!?

ご存知ですか?

新型コロナで室内にこもりがちの日々が続き、さらには年末年始で暴飲暴食をしてしまうと、ちょうど今頃気になってくるのが、身体についた「ぜい肉」です。とり過ぎは脂肪肝や糖尿病など万病のもとですから、ここは一念発起してダイエットに取り組みましょう。

そんなときにオススメなのが、今回ご紹介する「カロリーチェックしゃもじ」です。しゃもじに計測器が搭載されており、ご飯をよそうだけでカロリーを表示してくれるので、これさえ使えば食べ過ぎは一目瞭然となります。

ダイエットのためにはもちろん運動も大切ですが、やはりまずは食べ過ぎをやめることが欠かせません。ぜひ、お試しください!



検索は『カロリーチェックしゃもじ』で!

2月 2021年	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木・祝 建国記念の日 大安	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火・祝 天皇誕生日	水	木	金	土	日
■の色は当社休業日です。	先勝 上棟吉日	友引	先負	仏滅	大安 上棟吉日	赤口	先勝 上棟吉日	友引 三隣亡	先負	仏滅	木・祝 大安	先勝	友引 上棟吉日	先負	仏滅	大安 上棟吉日	赤口	先勝	友引 上棟吉日	先負 三隣亡	仏滅	大安	赤口	先勝	友引 上棟吉日	先負	仏滅	大安 上棟吉日