



瓦版3月号

2022年3月 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

注文建築設計施工 内装工事 外装工事 リフォーム工事

RECACO

一般社団法人
リフォームパートナー協議会
当社は国土交通省登録団体の構成員です



すまいのアレコレ

そろそろ暖かくなってきます.....!!



春を迎える準備のスタートです!

今年は日本中が何度も大雪に見舞われましたが、もうすぐ春がやってきそうですね。春を迎える前にやっておきたいのが、エアコンのお手入れです。フィルター掃除や交換を行い、しっかり暑くなる季節にそなえましょう。

また春先には、強い南風が吹きます。この風に含まれる花粉が家の中に入ると、花粉症の人は大変辛いことになります。ぜひ、空気清浄機を導入したり、こまめに掃除したりしてくださいね。



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

「HEMS」(へむす)

「HEMS」とは、Home Energy Management Service の頭文字をとったもの。家庭内で電気を使用している機器の電気使用量や稼働状況を把握し、電力使用の最適化を図るための仕組みです。

具体的には、太陽光発電の発電状況や、エコキュートやエアコン、照明器具などの電力使用量、家全体の購入電力量と売電量などがチェックできます。意外な発見があるため、つつい見えてしまう方も多いようです。

どれだけの電気を、いつ、どこで使っているのかが分かれば、結果として「不要なエアコンを止める」「洗濯機は電力料金の安い夜に使う」などの節電・節約行動につながります。



健康で運氣UP!



3月は 年度末で忙しい時期です。つつい睡眠不足になりがちです。意識して睡眠時間を確保しましょう。
「寝る前にテレビやスマホを見ない」
「寝る2時間前にはお風呂に入る」
「日中に眠気を感じたら、仮眠をとる」
などの対策もオススメです。

花粉症に万全の対策を!!

3月になると、もう花粉症は始まっています。くしゃみや涙で仕事に支障が出ている人も多いのではないのでしょうか?

基本的にはアレルギーを抑える飲み薬が一番ですが、それはちょっと抵抗がある、または眠気が出たら困るという方は、下記の3つの方法を試してみてください。少しでもつらさが減るかもしれません。

- ・外出時はマスクとメガネを着用する
- ・建物に入る時は、服についた花粉を払い落とす
- ・日頃からヨーグルトや緑茶を積極的にとる



おいしいかも!

「香り」と「湿度」で二重の潤い!!

ご存知ですか?

まだまだ寒い、この季節。お部屋の空気はカラカラに乾燥しているのではないのでしょうか? 特に夜、眠っている間に部屋の空気が乾燥していると、朝起きたときにノドがカサカサに乾き、痛みを感じることもあると思います。

そんなときに活用したいのが「加湿器」です。一台あるだけで部屋の空気が一変しますし、さらに良い香りを漂わせてくれるアロマ機能付きのものを選べば、居心地はさらに良くなるでしょう。

お気に入りの香りを活用することで、夜はグッスリ眠ることができ、朝も気分よく起きることができます。ぜひ、お試しください!

* * *

検索は『アロマ加湿器』で!



3月



2022年

■の色は当社休業日です。

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	29	30	31
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月・祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
大安 上棟吉日	赤口	友引 上棟吉日	先負	仏滅	大安	赤口	先勝 上棟吉日	友引	先負 上棟吉日	仏滅	大安	赤口 上棟吉日	先勝 三隣亡	友引	先負 上棟吉日	仏滅	大安 上棟吉日	赤口	先勝	友引 春分の日	先負	仏滅	大安 上棟吉日	赤口 上棟吉日	先勝 三隣亡	友引 上棟吉日	先負	仏滅	大安	赤口