



瓦版10月号



2022年10月号



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

一般社団法人
リフォームパートナー協議会



当社は国土交通大臣登録団体の会員です

すまいのアレコレ



台風の季節はこれからが本番.....!!

冬の準備を始めましょう!

今年も全国各地だけでなく、全世界的に豪雨が襲ってきました。そして10月は台風の本番とも言える季節。

早めに排水溝をチェックし、水の流れを良くしておきましょう。外壁や屋根、雨どいも必要に応じて修理してくださいね。

また、日がどんどん短くなり、照明をつけて過ごす時間が長くなります。照明カバーにホコリが積もっていると部屋全体が暗くなってしまいますので、天気の良い日に掃除しておきましょう。



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



石膏ボード (せっこう・ぼーど)

石膏ボードとは、硫酸カルシウムと水でできた石膏を芯材に、両面と側面をボード用紙で包んだ板のこと。家の壁や天井など、さまざまな場所で使われます。

そんな石膏ボードのメリットは、次の4つ。

- ・安い
- ・加工しやすい
- ・耐火性に優れている
- ・遮音性に優れている



ところが……石膏ボードの壁には釘やネジが固定できません。棚などを作るときには下地を入れたり、専用のアンカーを使ってくださいね。

健康で運氣UP!



10月は

風邪とインフルエンザが流行する季節です。新型コロナウイルスもまだまだ油断できませんから、とにかく体調に注意して、寒い季節を乗り切りましょう。外出時はマスク、帰宅時にはうがいと手洗いを忘れずに!!

運動を始めるのには最適な季節!

空気がさわやかになり、快晴が期待できる秋は運動にピッタリです。ジョギングシューズを購入して、ランニングなどを始めてはいかがでしょうか。

ただし、運動の習慣がないのにいきなり早朝から走り始めるのは危険なので、まずは散歩から始めるのがオススメです。さらに次の3つのポイントに気を付けてくださいね。

1. 寝不足のときは無理に運動しない
2. しっかりと水分と食事を取ろう
3. 汗で身体を冷やさないう、タオルと着替えを忘れずに!



おいしいかも!

精米したてのご飯は一味違う!?

ご存知ですか?



秋は実りの季節。さまざまな食べ物美味しくなる季節ですが、なかでもおいしいのが新米です。とは言え、せっかくの新米も精米されてから時間がたつと、味はどんどん落ちてしまいます。

そこでオススメなのが玄米を購入して、毎回炊くときに精米すること。こうなると新米の味は格段にアップします。

最近の卓上精米機は価格も安く、音も静か。さらに精米具合も細かく調整できるので、健康に気をつけている方にもピッタリです。ぜひ一度、精米したばかりの新米を試してみてください。きっと驚くはずですよ!



検索は『卓上精米機』で!

10月 2022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	29	30	31
	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月・祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
■の色は当社休業日です。	友引	先負 上棟吉日	仏滅	大安 三隣亡	赤口	先勝 上棟吉日	友引	先負 三隣亡	仏滅	大安 上棟吉日	赤口	先勝	友引	先負 上棟吉日	仏滅	大安 上棟吉日	赤口	先勝 上棟吉日	友引	先負 三隣亡	仏滅	大安	赤口	先勝 上棟吉日	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負 上棟吉日	仏滅