

良い住まいと良い暮らしを提供する会社

(株)須田建設は耐震診断・耐震改修のできる会社です。

(株)須田建設一級建築士事務所

LIXILリフォームショップ 須田建設

2016年

3月号

これからの家づくりは、『安心基準』
『耐震等級3』相当で建てる住宅。

耐震補償付き
スーパーストロング構造体
VALUE パウエー

～花粉シーズン到来。飛散量や対策は？～

とうとう花粉シーズンがやって来ました。皆さんはどうお過ごしですか？
今回は花粉症について少し調べてみました。



スギ花粉の飛ぶ量が増えた理由は・・・

戦後、建築材料などにするために、北海道、沖縄を除く全国の山林にスギが植えられました。しかし、価格の安い木材が輸入されるようになると、スギ林の手入れがあまりなされなくなりました。そのため、1960年代後半から、花粉を多く作ることでできる樹齢30年以上のスギ林の面積が多くなり、その結果スギ花粉の飛散量が増え、猛威をふるうことになりました。これから先数十年あとに飛散のピークを迎えることになりそうです。今年、埼玉県飛散量は、埼玉県寄居林業事務所森林研究室の調査によると、平成27年春の2倍程度と推定され、平成28年春のスギ花粉発生源からの飛散量は「少なかつた前年より非常に多い」ものの「例年並み」と見込まれるそうです。

花粉の多い日とは・・・

スギ花粉は、飛散が始まって7日から10日後くらいから花粉の量が多くなってきます。その後4週間程度が花粉の多い時期に当たり、この期間内に次のような天気になると花粉が特に多くなります。

- ① 晴れて、気温が高い日
- ② 空気が乾燥して、風が強い日
- ③ 雨上がりの翌日や気温の高い日が2～3日続いたあと

花粉の多い時間帯とは・・・

スギ花粉が多くなる時間帯は、その日の気象条件や季節によって変わりますが、一般的には**昼前後と日没後**に多くなっています。これは、気温が上がって午前中にスギ林から飛び出した花粉が数時間後に都市部に到達するためと、上空に上がった花粉が日没後に地上に落下してくるためと考えられています。

花粉症の予防法は・・・

①室内に入る花粉を防ぐ

花粉が付着しやすい素材の衣服着用は避ける。また、家に入る前には、衣類や髪に付着した花粉をはたき落とす。

②室内での飛散を防ぐ

スギ花粉は湿気を含むと重くなって落下します。このため加湿器を利用し、室内の湿度を上げれば空中での浮遊を防ぐことができます。

③体に入る花粉を防ぐ

外出時にはマスクや眼鏡、帽子を着用することで体に入る花粉を効果的に防ぐことができます。普通の眼鏡でも、目に入る花粉量を3分の1くらいまで減少できますが、花粉症用の眼鏡は4分の1くらいまで減少できるといわれます。また、マスクは最も効果的な花粉症防護グッズです。普通のマスクでも水で湿らせたガーゼを中にはさむことによって90%以上の花粉をシャットアウトできます。



地域密着の『須田建設』です。

こんにちは！！お客様訪問担当の城川です。前回に引き続き第2弾。

～地元のお店のご紹介です～

今回は北朝霞駅近くの『司』さんです。7年程前に須田建設で施工させていただいた地元で根強い居酒屋さんです。お酒に合う美味しいお料理でリピーターの方も続出中です。これからの季節、お花見はもちろん年度替わりの様々行事等で会食する機会が増えると思います。そんな折には皆様どうぞ駅近の『司』をご利用してみたいかがでしょうか。



店内の様子です。



店内カウンター席の様子です。

上の写真は店内の様子です。落ち着いた雰囲気店内となっております。皆様も、お友達やご家族と是非足を運んでみてください。



『居酒屋 司 つかさ』

所在地 朝霞市浜崎1-4-11
TEL 473-2809
営業時間 17:00～22:00
定休日 日曜定休



※ホームページも是非見てください。LIXILリフォームショップ 須田建設と検索してください。

(株)須田建設は耐震診断・耐震改修のできる会社です。



上の写真は、須田建設で使用している木造耐震診断ソフトです。写真左が日本建築防災協会から発行されている一般診断法によるプログラムです。

写真右がホームズ君の耐震診断プロです。日本建築防災協会の「木造住宅耐震診断プログラム評価」を取得しているプログラムです。

安心・安全な家を地元地域密着の須田建設で建てませんか？
耐震補償付き『スーパーストロング構造体』

快適 Life



室内干しも!

布団は外に干す!と決めつけなくてもOK。室内の日当たりの良い場所に椅子を並べてその上に広げ、空気の通りを良くしながら干す方法もおすすめです。急な雨や取り込む時間を気にする必要がなくなります。何より花粉の季節は室内に花粉を持ち込まないのが大切です。

簡単ベッドメイキング

まだ朝ベッドから離れるには寒い3月。ベッドメイキングをせずつに出かけて、家に帰った時にベッドがぐちゃぐちゃだと疲れも倍増! 朝ちょっとの手間で快適にしてみましょう。就寝中の湿気はきちんと除いた方が寝具にも身体にも良いですね。

起きたらすぐに掛布団を足元に折り返しておきます。洗面、着替え、朝食の時間だけでも空気を入れてあげましょう。シーツを軽く直し、掛布団を伸ばして“ハリ”を持たせます。その上にポンポンと叩きシワを伸ばした枕をのせておくだけで、きちんとした印象に仕上がりますよ。ベッドカバーを使う方は、カバーだけでもきちんと掛けるとスッキリ見えます。



お雛様を飾ろう!

お雛様を飾ったのはいつだったかしら? 7段飾りなどが眠っているご家庭もあるのでは。“桃の節句”という時期の限られた人形ですので、雛人形の新しい飾り方や、整理方法のご紹介です。



■ 内裏雛だけを飾る

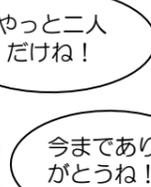
七段や五段の飾りを出したりしまったりするのが無理...となった場合はコンパクト化がおすすめ。お内裏雛2つと、少々の小物だけを飾ればスペースや労力がかかなり少なくなり、収納も楽になります。リフォームをしてくれる人形店もあります。相談してみましょう。

他の人形は神社やお寺で供養していただきます。



■ 収納と処分

寒暖の差と湿気が少なく、風通しのよい直射日光の当たらない場所に収納しましょう。毎年飾れるのがお雛様にも自分にとっても幸せなことですが、収納や飾ることが困難になったら、処分を検討してみましょう。神社やお寺で供養していただけます。



かんたんレシピ

炊飯器でオールインワン! 豪華な一皿が簡単に出来上がります。スイッチオンしたら炊きあがりまでの間に、サラダやスープが作れます。エノキ茸を入れることで不足しがちな食物繊維が補え、カロリーが減らせます。

炊飯器deチキンのワンプレートディナー



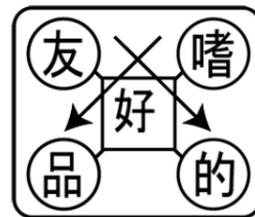
- 材料 (2人分)
- お米 1合
 - 鶏モモ肉 1枚
 - エノキ 1袋
 - 酒 大さじ1
 - 鶏ガラスープ 小さじ1
 - おろし生姜・ニンニク 適宜



- ① エノキ茸を5mmに刻む。
 - ② 炊飯器にといだ米と目盛りの8分目の水を入れる。そこに①とその他の調味料を入れ軽く混ぜ、鶏モモ肉をのせ普通に炊く。
 - ③ 炊きあがったら鶏モモ肉を取り出して、少し冷ましてから切る。
 - ④ 皿にご飯と肉、サラダ等を盛りつければ出来上がりです。
- ドレッシングなどで味付けはお好みで! またご飯の硬め、柔らかめは水の調節でしてください。

四文字熟語

例に従って中央に入る文字を解いて、その文字でできる四文字熟語を教えてください。



左	右	胸	一	答え
つ	つ	味	寸	
体	三	亜	緋	
糖	計	桜	帯	

答えは左下にあります。