

SANRITU NEWS

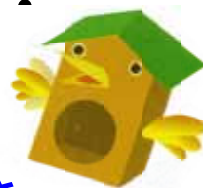
NO.2201

2010年もよろしくお願いたします!

2010年、弊社では

だぶる びー

WB工法始めます!



WB工法は、日本建築文化を継承した棟梁の経験と
勘が生み出した、驚異の健康省エネルギー住宅です!

- * 湿気が透過する高気密の造りでシックハウス解消
- * 気温の変化に対応して、空気の流れをコントロール。

WB (わくわくびるだーず) が、あなたの家づくりを応援します 次回は「WB工法特集」で詳細をお知らせいたします

エコボロンPRO® は、住まいを守る安全・安心なシロアリ駆除・防除剤です

我が家のシロアリ対策



一般的に使われている身体に害のある農薬系ではありません。

施工時の嫌な臭いはなく、肌に触れても無害です。

効果は半永久的、再施工の必要もなく経済的です。

暖かくなって動き出す前に、シロアリ対策を!

シロアリ・害虫でお困りではありませんか?

ご紹介キャンペーン実施中!

「エコボロンPRO」は弊社が自信を持って皆様にお勧めできる商品です。
皆様のご友人、ご近所でシロアリや害虫でお困りの方がいらっしゃいましたら
ぜひともご紹介ください。謝礼をさしあげます。

よくある質問

Q シロアリは黒アリの仲間ですか?



A シロアリは黒アリの仲間ではありません

シロアリは黒アリと姿が似ていて、黒アリ同様に集団で生活することから「白アリ(白いアリ)」と名づけられたと考えられています。ともに集団の中に「働きアリ」「兵隊アリ」などの階層がある「社会性昆虫」ですが、実はシロアリはゴキフリの仲間(ゴキフリ目)黒アリはハチの仲間(ハチ目)に分類されます。さらに、シロアリにとって黒アリは、シロアリを捕食する「天敵」なのです。



詳しくはエコボロンホームページをご覧ください
<http://ecoboron.com/>

冷えは大敵

人間の体にはもともと一定の体温を保つためのメカニズムがあるのですが、その調整がうまくいかないために冷え性が起こります。

「冷え性」そのものは病気ではありませんが、もっともコワイのが、冷えからくる「免疫力の低下」そのために風邪などの感染症にかかりやすくなったり、かかった病気や体調の不良が治りにくくなってしまったり...

なぜ冷え性になるのでしょうか?

自律神経の乱れや、体温調節が十分に効かなくなる状況(エアコンの使いすぎなど)また、血液が体のすみずみまでちゃんと巡らないという3つの要素があります。これには、食事や睡眠など、日常生活のさまざまな習慣が関係しています。

こんな食生活は冷え症の引き金に!

甘いもの、生野菜、果物の食べ過ぎ

生野菜や果物は水分が多いので、摂りすぎると体を冷やしてしまいます。
野菜を多くとりたときは、サラダではなく熱を加えて食べましょう。
甘いものに使用される白砂糖も体を冷やします。とりすぎないためにも甘いものの摂り過ぎには要注意です。



冷たいものの食べ過ぎ・飲みすぎ

当然のことですが、冷たい飲食物は体をひやす原因となります。
冷たいビールなどは酔ってくれば体が熱くなる気がしますが、これはアルコールの一時的な作用。酔いが覚めれば、体はまた冷えてきます。
暖房が効いているからと、冬場にアイスクリームを食べるのも控えたいものです。



冷え取りの最強アイテム

しょうが【生姜】

ショウガ(Zingiber officinale)
ショウガ科の多年草である。
熱帯アジア原産。

◆ 生姜の足湯

しょうがの足湯は、発汗作用や血行を促して冷えやむくみ、体の不調(風邪の引き始め・疲れ)を解消してくれます。

立ち仕事の人や足が疲れた時などもおすすめ。

体じゅうがポカポカしてとても良く眠れます。

またしょうがには殺菌作用があるので、足湯をすることによって水虫の解消にも役立ちます。

【方法】

洗面器に我慢できる湯の温度(45℃前後)を入れ生姜おろし(湯量の1/50)を入れて足をつけます。時々差し湯をして、温度が下がらないようにします。

うっすら汗の出る約15分

くらいまで続け、最後に

タオルで足をふきます。

寝る前が効果的です。

