



すまいのアレコレ

そろそろ冬支度！！



暖房器具の準備はお早めに！

短い秋が終われば、すぐに厳しい寒さがやってきます。
暖房器具の準備は、早めにやっておきましょう。

また今年は例年になく、台風の被害が多い一年でした。
業者に依頼が必要な補修作業は、早めに手配し、今月中に済ませましょう。

また家の中に、「すきま風」や「結露」の激しいところはありませんか？
最近では優秀な断熱材や断熱サッシが出ていますから、
活用を検討してみてもいいですね！



事務所移転工事 太陽光発電 シャープ4.32KW
全館空調 先月電気代 売電費
15,835 14,304

買い取り価格
48円/k

M様邸の躯体の写真です。パッと見ても骨太設計なのが判ります。
11月は躯体工事に入ります。現場は柏の葉公園近くです。見学希望の方は連絡ください

健康で運氣UP!



11月は インフルエンザの予防接種を検討しましょう。
本格的に流行するのは12月～1月以降ですが、
ワクチンで免疫がつくまでには数週間かかるので、
11月中には接種を受けることがオススメです。

『食欲の秋』を満喫するには？

11月は実りの秋。松茸をはじめとしたキノコ類、イモ、栗、サンマなどなど、
想像するだけで楽しくなってきますね。でも太ってしまうから、ジツとガマン.....
そんな人も多いかもしれません。

けれど、食べることは人生の楽しみの一つです。
「これはダメ、あれはダメ」などばかり考えずに、
食べ方のコツをつかんで、おいしくいただきましょう。

- よく噛んで味わおう(一口30回以上を目標に！)
- 旬の味を活かして薄味に調理しよう
- エネルギーの低い野菜やきのこ、海藻類を多めにしよう
- 野菜やきのこ、海藻から食べよう
- マヨネーズやドレッシングを使い過ぎないように！



かわいいかも!

車が非常用の電源になる！？

ご存知ですか？

最近、街角でも見かけることが増えてきたEV(電気自動車)。

従来は排気ガスを出さないという環境面で注目されていましたが、
東日本大震災以降、いざと言う時には「蓄電池」としての役割を果たすことができるということで、
注目を集めています。

大規模なマンションでは、非常時の給水用ポンプの電源として導入されたり、
一戸建て住宅では非常時だけでなく、電力消費量のピークカットにも利用可能とのこと。
将来は、電池の買いだめをしなくて良いようになるかもしれませんね！

検索は『EV電力システム』で！



11月

2013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
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
赤口	先勝 上棟吉日	文化の日 仏滅	振替休日 大安 上棟吉日	赤口 上棟吉日	先勝	友引	先負 上棟吉日	仏滅	大安 上棟吉日	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口 三隣亡	先勝 上棟吉日	友引 上棟吉日	先負	仏滅	大安	勤労感謝の日 赤口	先勝 上棟吉日	友引	先負 上棟吉日	仏滅	大安 上棟吉日	赤口 三隣亡	先勝