



わくわく だより



ひとくちメモ

安全で快適な住まい

快適な住まいとは言っても、何が快適かは、それぞれの生活習慣によって違いはありますが一般的な事柄について少しお話し致します。

○段差・床材等

最近ではバリアフリー仕様が一般的になりましたが、滑りにくい床材を使用し、段差をなくしたり少なくすることにより、つまづきや転倒を防ぐことができます。また、階段やトイレ・浴室等に手摺りを設置することにより、安全かつ楽に行動することができます。

○間取り

生活をする上での動線(作業や動作の流れ)を考えて、関連性の強い部屋等を同じ階に配置すると使い勝手が良くなります。例えば、寝室とトイレや浴室を同じ階にするのも一案です。

○その他

ドアの把手を握りやすいものにしたたり、廊下の幅を広くすれば大きな物も楽に運べるし、車椅子でも安全に通ることができます。また、これから寒い季節になりますが、寒い時期になると浴室・脱衣室での高齢者に限らず、高血圧や心臓の疾患が原因の事故が多く発生します。できることなら、浴室まわりの寒さ対策もしたいものです。

全てを満足する住まいを造るのは意外に難しいことですが、何処に重点を置くかを考えて、少しでも安全で快適な住まいにしたいものです。

あ、という間に日も短くほり 秋ですね。
涼しくほると お布団の居心地が良くて 朝の目覚めが良くていいです。
つい先日、草がボウボウには、てに我が家の小さな庭の草取りを
やってたら、昨手植えて枯れたと思ってた草花が芽を出してるのを見
つけました。つい嬉しくて、我を忘れて草取りをやら、あち
こち蚊に刺されて痒くて痒くて大変な思いをしました。
草取りは大変ですが、正直ほところ 草花と雑草の区別がつかない
ところもあって、もしかしたら、雑草と間違えて草花も取ってしまっ
ているかも知れいひです。。(笑)

(満山)



快適生活術

辛い肩こりが ラクになる



最近では、老若男女を問わず肩こりに悩む人が増えています。さまざまな要因が考えられますが、特別な疾患の場合を除き、そのほとんどが姿勢の悪さからくるものと言われています。姿勢が悪いと、筋肉のどこかに過度な負担がかかり、その部分が緊張し続けて硬くなり血行不良となるというわけです。

とりたてて思い当たる原因もないのに、なぜか肩がこるという人は、普段の姿勢を改めることが大切。と同時に、肩・首・背中などを意識して動かしてみるようにしてください。その時、深呼吸するのがコツ。こったと感じる部分を動かしながら、お腹の中から大きく息を吐いて吸う。すると肋骨全体が下がるために筋肉の緊張がほぐれやすくなります。

また、毎日使う枕が合わないと言われ、首や肩に負担をかけるため、首の骨を歪ませる原因となり血行不良を招きます。理想的な枕の高さは、男性が6センチ、女性だと4センチくらいと言われています。

はじめまして

新人紹介



永山 大介です!



2008年9月10日に入社しました
永山と申します。

少しでも早く仕事を覚えて独立し、
一人でも多くのお客様に「ありがとう」と
言われる営業マンを目指して
一生懸命頑張りますので、
宜しくお願いします。永山 大介

【無料進呈中】

知らないと損をする!

『誰も教えてくれない不動産の賢い購入法』

～不動産取引って、分からない事が多すぎませんか?～

この度、土地・中古住宅の購入における基本的な流れや、不動産取引のいろいろな事について一冊の本にまとめてみました。これを読めば不動産取引の基本的な流れが良くお分かり頂けると思います。この小冊子をご希望の方は小島北店までご連絡下さい。

一体幾らで買えるの?

引越し 住宅ローン

税金

自己資金 資金計画



ニヤンとなく お家探しはサービス1番の当社へ
TEL 0246 (27) 0331

