

妙齢の女性には出せない、あなたのオーラ。

歳を重ねることで、より大きく、明るく、心地よく。

オーラをもっと輝かせるのは

「あなただけの笑顔」

微笑には微笑みが返ってくる。

もらい涙と同じように「つられ笑い」がありますね。

実は、微笑まれると、ついこちらも微笑を返してしまうには、訳がありました。

それは脳細胞の中に存在する「ミラーニューロン(鏡細胞)」の働き。

この細胞は鏡を映したように、他人の動作や表情を

自分のことに置き換えて反応するそうです。

あなたの微笑みで相手のミラーニューロンをどんどん刺激して、

微笑み返しをいっぱいもらいましょう。

それはいつしかあなたの財産に、そしてゆたかなオーラづくりへと…。

もう少し口角を上げるだけで、あなたの微笑がより効果を発揮することでしょう。

言葉を越えた笑顔でコミュニケーションを上手にできるのも、歳を重ねたオーラのおかげ。

中面右ページ「発想力テスト」の答え→『熟』



いままでのライフスタイルを見直してみませんか。

「省エネ」「節電」が定着しています。そこで住まいと暮らして出来る賢いライフスタイルをご案内。

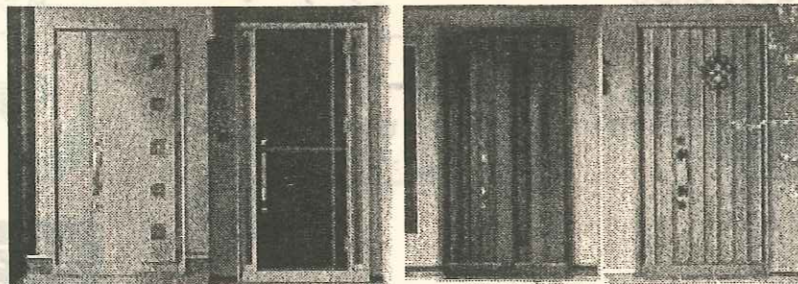
冷暖房の効果を高め、1年を通して室内を快適な室温に保つために。

そう、玄関ドア、断熱にしよう！

断熱タイプの玄関ドアは各社から発売されています。

「断熱ドア」でも、デザインも素材もバラエティ豊か。

断熱のための機能だけでなく、おしゃれでセンスのいい外観づくりも同時に出来上がります。



*各社のパンフレットがございますので、お気軽にご請求ください。

▼お問い合わせは

春建設 〒840-0861 佐賀市嘉瀬町中原 2015-11 TEL24-0749

物を大切にしよう新聞

2011.12

その心は、大量生産、大量消費、大量破棄社会からのGood Bye!

あり余っているから、すぐお金で買えるから、いつでもどこにでも捨てられるから。

そんな社会と暮らすが、本当に望んだものなのか、快適なのか。

これからはまず疑おう。それには、きちんとして、わかりやすく一流の物差しがいる。

その物差しは、風土と季節、文化的、伝統的がいい。

みんなに共通で、しかも変わることがないから。日本人なら毎日の生活の中で使いこなせるから。

暮らしに花をさかせましょ マンスリーいけばな Life with Flowers

通りすがりの花屋さんで見つけた季節の彩り。街のショーウィンドーに、オフィス街のカフェで、いつもの場所に、さり気なく花がしつらえてある。

やっぱり、きれい。

だからおうちにも、わたしなりに。小さなお花とかわいい器で、簡単チャレンジ。



12月の彩りーバラ

花言葉は

「私はあなたにふさわしい」
「私はあなたを愛する」
「あなたのすべてはかわいらしい」

12月の彩りならー深紅のバラ

バラとは

クリスマスには何故赤と緑の色を使うのでしょうか?赤は「情熱」や「幸福」を表し、緑は「永遠に枯れない」ということから来ているそうです。赤色の花にはいろいろありますが、代表的なのがバラです。ほかには赤のカーネーション、赤のガーベラなども使います。さてサンタクロースの服ですが日本では赤ですよ。でも西洋では必ずしも赤ではありません。そして日本と西洋ではクリスマスの過ごし方が違います。日本では宗教色よりもイベント的な要素が強いようですが、クリスマスチャンの人が多い国では宗教的な色合いが強く感じられ、家族でクリスマスを祝います。

「バラ」の名は「いばら＝とげのある低木の総称」から名づけられた和語です。西洋では古代から繁栄と愛の象徴とされ、ギリシャ時代にはビーナスに結びついて、「愛と喜びと美と純潔」を象徴する花に。これが、花嫁が結婚式にバラの花束を持つ風習につながったとか。



生け方ポイント

生け方に特にきまりはありません。クリスマスならではの飾り付けをそれぞれの個性でお楽しみください。緑の葉はホーリーですが、ヒーラギ、松、杉なども使います。

家族とおなじようになが〜いおつきあい、それが住まいです。
建てる時はもちろん、建てた後、幸せに暮らせる丈夫で長持ちな家って、なにを目安にすればいいの？



「だったら、住宅性能。それってなあに？」

住まいの良し悪しは判断しにくいものですよ。

デザインとか見栄えから使い勝手や断熱性とか耐震性とか。

イマイチ分かりにくい「住宅の価値」について「住宅性能」という基準で考えてみたいと思います。

平成11年。「住宅の品質確保の促進等に関する法律」が制定されました。

この法律はそれまであいまいであった「住宅の品質」について国がガイドラインを制定したということで注目されました。

昨年話題になった「長期優良住宅」や「住宅かし保険」もこの法律の基準がベースになっていますし、今後加速していくと言われている「中古住宅の流通促進」でも重要な査定基準のベースになっているものです。

この法律では、住宅の品質について分かりやすい基準を設定しました。

それが「住宅性能表示制度」というもので主に10項目から成り立っています。

これら10項目の基準を設定することで客観的に「住宅の価値」を判断できるようにしたのがこの法律です。

その目的は住宅に対する「安心」や「信頼」を広めることで、次のような効果が期待されています。

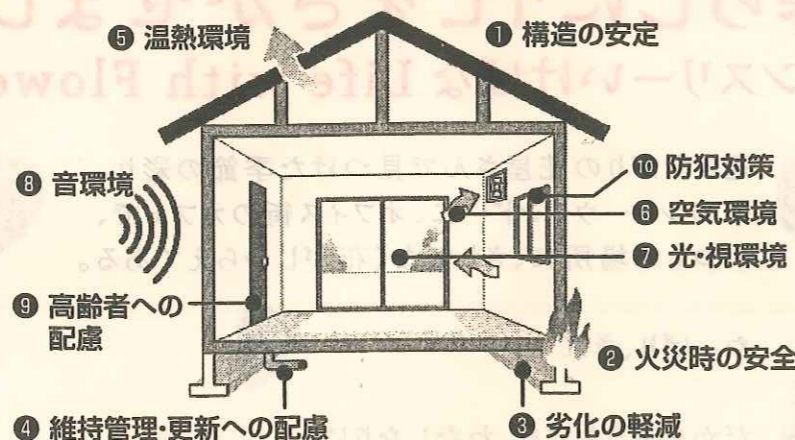
- 建てる時や買うときの比較
- 建てる時第三者のプロがチェック
- 万一のトラブル時の紛争処理
- 様々な優遇や割引サービス

住宅性能評価制度には「新築住宅用」と「既存住宅用」の2つがあり、どちらも専門の評価員による審査・評価を受けることで客観的な住宅性能の証明になります。

現在、住宅業界全体で取り組んでいる「住宅の長寿命化」に対しても大きな影響を与えているこの住宅性能評価制度は、これからの住宅の造り方や維持管理を変えていくとともに、Iターン、Uターン、二地域居住といったライフスタイルの変化に中古住宅を活用するというニーズも掘り起こします。

次回からこの制度のポイントを解説しながら、改めて「住宅の価値」について考えていきたいと思ひます。

住宅性能表示



「住まいの情報発信局」より <http://www.sumai-info.jp/seino/index.html>

① 構造の安定(耐震性能)
② 火災時の安全(防火性能)
③ 劣化の軽減(耐久性能)
④ 維持管理・更新への配慮(メンテナンス性能)
⑤ 温熱環境(断熱性能)
⑥ 空気環境(居住性能)
⑦ 光・視環境(居住性能)
⑧ 音環境(防音性能)
⑨ 高齢者への配慮(バリアフリー性能)
⑩ 防犯対策(防犯性能)

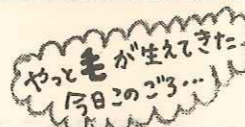
こもだるサンちの子育て日記



こもだる(孤樽)とは藁(わら)の孤(こも)でくろんだ酒樽のこと。お酒を愛しすぎて自分のあだ名にしてしまいました。

お引っ越し！

保育園生活も2年半が過ぎました。お友だちもたくさんできて保育園ライフを楽しんでいます。



しかーし、こもだるサン一家は念願だった「こもだる実家近く」へお引っ越しをすることになりました。

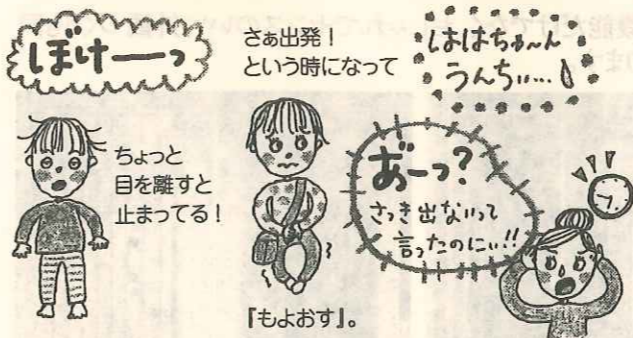


せつかく慣れた保育園... 卒園まであと少し... 悩みに悩んだ結果... 卒園まで通うことにしました。

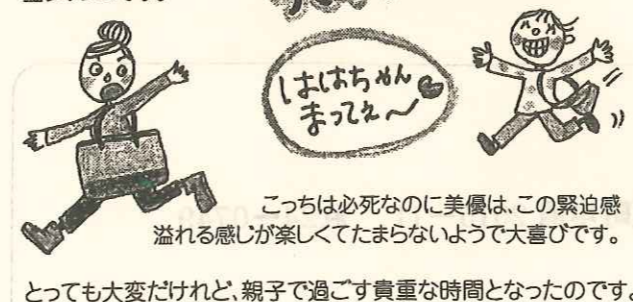
超未熟児 835グラムで 誕生した美優。

毎朝ちょっと大変だけど、こもだるサンと一緒に電車で(約1時間半の道のり)通うことにしたのです。 ※こもだるサンの職場は変わらず保育園の近くなので。

この電車通勤&通園...想像以上に 毎日珍事の連続!!



だから、ほぼ毎日、駅まで猛ダッシュです。



「青汁」もいいけど 元気と若さを保つなら

おいしい「ジュース」は もっといい。



Q ミキサーとジューサー、どっちがいいの？

A ジュースと一緒に食物繊維をとりたならミキサー。とろみのある仕上がりはこちら。他方、サラッとした口当たりならジューサーで。でも水分が少なくねっとりした素材、果肉の多い果物には不向きです。

ガン予防と骨粗しょう症対策に

りんごと小松菜の豆乳(ミキサー)

材料(1人分)

- りんご(1/5個)
- 豆乳(無調整50cc)
- 小松菜(1株)
- 水(50cc)
- メープルシロップ(小さじ1)

作り方

- ① りんごの種をとり、皮付きのまま一口大にカット。小松菜は根元を切り、3~4cmにカット。
- ② ①と豆乳、水、メープルシロップをミキサーにかけます。

(「健康ジュース」:角川SSムック参照)

ストレスなんかで「うつ」にならないために。「うつ」の方から逃げ出す暮らしの1コマ。

私も誰かの役にたっている! ところがスーっときれいになる「募金」のすすめ



発想力テストですが、「あなた、これ、わかる〜」ご夫婦の会話の糸口に、おひとつどうぞ。



8つの漢字と組み合わせさせて「熟語」ができる漢字1つは、なあに? (答えは裏面に)