



# シンちゃん たより

2009. 5 Vol. 36

シンエイ工営株式会社

代表取締役 余田 一夫

愛知県犬山市長者町5丁目2番地

TEL 0568-68-1760 FAX 0568-68-1239

e-mail: sk@shinei-fp.co.jp

ホームページ [シンエイ工営](http://sk@shinei-fp.co.jp) 検索



まだ5月だというのに真夏日の暑さがあったり雨が降ったり、寒暖の差が大きい日が続きます。こんな季節は風邪をひいたり体調が崩れたりしますのでお体に気をつけましょう。

さて、地域によっては田植えが始まり梅雨入りも6月8日頃です。梅雨のジメジメは高温多湿で換気と除湿不足が原因。窓ガラスの結露は低温低湿で温度差が原因…いずれの場合も人間には不快な環境です。カビが育つ湿度は70~95%、温度が15~30度ですが「FPの家」なら解決できます。

## 6月のお掃除のポイント 実践編 キッチン材料を使って「ナチュラル・クリーニング」part. 2

### Kitchen その1

キッチンの汚れは、油汚れ・生ゴミの臭い(酸性)と水あか(アルカリ)などがあります。重曹と酢でそのほとんどが落とせます。毎日こまめに磨くのが楽になるコツ!!

#### 生ゴミ受け

##### 重曹 & 酢



生ゴミカゴのヌメリと臭いは、重曹でキレイさっぱり!

- プラスチック、ステンレス、銅などでできた生ゴミのカゴは重曹を振りかけてスポンジでこすりましょう。
- 研磨パワーで細かい網目の汚れやヌメリがとれるし、特有のいやな臭いも解消します。
- 最後の仕上げに酢水のスプレーをシュッと吹き付けましょう。雑菌の繁殖スピードが抑えられます。



#### 排水口

##### 重曹 & 醋

重曹と酢水の発泡パワーで定期的な排水口点検を。

- 重曹を1/2~1カップ程度排水口に入れ、次に酢水1~2カップを電子レンジで約1分加熱(約50℃)してから排水口へ勢いよく流し込む。
- ぶくぶくと重曹が泡立ってパイプ内部の汚れを落とします。
- 最後に熱湯を注げば完了。ぜひ、洗面所や浴室にも試してください。



#### ちょっと役立つ THE雑学王

皆さん！ご存知でしょうか？糖尿病の薬を飲むと糖尿病になるんです。代表的な薬が「オイグルコン」この薬はすい臓に刺激を与えてインシュリンの分泌を促がして血糖値を下げます。つまり簡単に言いますと、馬のお尻をたたいて早く走らせると言う物です。馬がすい臓で鞭が「オイグルコン」。ですから最初のうちは良いのですが、そのうちに馬が疲れて走れなくなるのです。と言うことは、すい臓が疲れてインシュリンの分泌が悪くなってしまうのです。ですから糖尿の薬を飲み始めたら、早めに体质改善をして治さないとどんどんと悪くなってしまうのです。すい臓からのインシュリンが出なくなったら、最後は注射でインシュリンをうたなければいけなくなります。皆さん！注意しましょう。

糖尿病の大敵は①ストレス②過食③運動不足です。

みなさんも楽天的・粗食・適度な運動をしましょう。



#### ※※お客様サポートセンター開設※※

この度シンエイ工営では、お客様の住宅に関する質問やご相談、お悩みについてお応えする「お客様サポートセンター」を開設致しました。住宅に関するどんなことでもお気軽にお問い合わせ下さい。建築のプロが無料でお応えします。

- ①風呂場の床がシロアリにやられちゃったけど、どうしよう
- ②システムキッチンを変えたいんだけど、いいのある？
- ③梅雨前に雨漏りを直したのだけど…



などなど、何でも構いません。お気軽にお電話下さい。

「お客様サポートセンター」ホットライン

受付時間 9:00~19:00 TEL 0568-68-1760

\*感想文を書いてクオカード(500円)をもらおう\*

読者の皆さんから、感想文やお便りを募集しています。

「シンちゃんたより」の感想をはじめ何でも結構です。

どしどしお寄せ下さい。クオカード差し上げます。

FAX 0568-68-1239 mail : sk@shinei-fp.co.jp

# シンちゃんのお料理教室

家庭で簡単にできるレシピのご紹介。さー挑戦してみよう！



今回のメニューは・・・

## ◆◆ 材料(2人分) ◆◆

温かいご飯…茶碗1膳分／漬物（野沢菜、たくあん等）…20g

青のり…小さじ1／干し小海老…大さじ2／すりごま…小さじ2

小麦粉…大さじ4／水…80cc／塩…少々／ごま油…大さじ1

醤油…小さじ1

## ごはんおやき



残りものや常備品の乾物などで手軽に出来る、おやつやおつまみにもぴったりの一品です。

## ◆◆ 作り方 ◆◆

- ① 漬物はみじん切りにしておく。ご飯はすりこ木などで軽く潰しておく。
- ② ボウルに小麦粉と水、塩ひとつまみを入れて混ぜ合わせ、漬物、青のり、干し海老、すりごま、ご飯を入れてよく混ぜる。
- ③ フライパンにごま油を熱し、2のタネを6等分してスプーンなどで1cm位の厚さの円形に整えて両面をこんがりと焼く。
- ④ フライパンの火を止めてタネの無いところに醤油を入れ、余熱で全体にからめれば出来上がり。

## ☆☆ 春の行楽ガイド ☆☆

# 今月の イチオシ!

## ☆☆劇場映画の紹介☆☆

### ★★花フェスタ記念公園★★

花のきれいな季節になりました。各地で花祭りがありますがここ花フェスタ記念公園では、5/16(土)～6/28(日)「バラまつり」が開催されています。全敷地面積80.7ha、バラ植栽面積9.1ha  
バラの品種数は約7000品種におよびます。二大バラ園である「世界のバラ園」「バラのテーマガーデン」は見事なバラ園です。



場 所：岐阜県可児市瀬田1584-1

開園時間：午前9:00～午後5:00（入園は午後4:30まで）

5月16日（土）～6月7日（日）は午前8:00～午後7:00

休園日：毎週火曜日（4月29日（水・祝）～6月29日（月）は無休）

入園料：大人800円・高校生500円・小中学生300円

駐車場：無料（東駐車場700台／西駐車場1000台）

アクセス：東海環状自動車・可児御嵩ICから5分

### ★★剣岳 点の記★★

今話題の劇場映画をご紹介します。今回は、山岳小説の創始者ともいわれる新田次郎作品を映画化した「剣岳 点の記」です。

日本映画界を代表するカメラマン木村大作が初監督に挑戦し、日本地図完成のため未開の地・剣岳を命懸けで目指した測量師たちの姿を描いたドラマ。明治時代末、陸軍参謀本部陸地測量部の柴崎は、

地図上で空白となっている剣岳の登頂と測量の命令を受け、仲間と共に剣岳に挑む。しかし、そこには雪崩や暴風雨など想像を超える困難が待ち構えていた……。監督・撮影：木村大作

原作：新田次郎

キャスト：浅野忠信、香川 照之、  
松田 龍平、宮崎あおい、  
仲村トオル、役所 広司  
6月20日全国ロードショー



## ◆工場見学会のご案内◆

毎月恒例の「FPの家」の工場見学会を開催しております。

### 6月は14日(日曜日)です

「FPの家」の性能や秘密が手に取るようになるよう現地にてご説明いたします。

場所は岐阜工場です。（送迎可）

ぜひ、この機会にご家族でお越し下さい。  
詳しくは、「シンエイ工営」までお気軽に  
お問い合わせ下さい。お待ちしております



「FPの家」

## イベント案内

### ◆ 入鹿池畔で うたおうかい」開催◆

私の住む地域で、「地元を元気にしよう」と地域活性化に向け「わっしょい!!入鹿」を3年前に立ち上げました。年に2回ほど

の様々なイベントを開催しています。

5月31日（日）は入鹿池の

南駐車場でフリーマーケットと青空カラオケを開催みんなで楽しもうというイベントです。宜しかったらお越し下さい。



### ◆OB施主様宅体験訪問受付中◆

すでに多くの方が「FPの家」にお住まいです。これから家造りをご検討の方にOB施主様宅へ訪問して直接住み心地について質問してみませんか。

随時参加者を募集中です。

### ◆FPの家宿泊体験受付中◆

やっぱり実際にFPの家に宿泊してあなたの肌でFPの家の良さや快適を感じるのが一番です。随時参加者を募集中ですので、お気軽にお問い合わせ下さい。

お待ちしております。



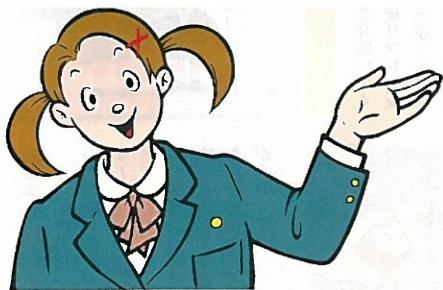
# 連載シリーズ

=第1回=

今回のシリーズは、シルバー住宅についてのご紹介です。

## シルバー住宅 体験館①

第1回目は、年をとるとともに住まいが住みにくくなることを検証し、住まいの安全性と機能性をチェックします。



### 年齢による 身体の変化は？

さつ  
ちゃん

おばあちゃんの私  
って、想像つかないわ。

ママ

ママより、肥満ぎ  
みのパパのことが  
心配だわ。

パパ

そろそろ、生活習  
慣病に気をつけな  
くちゃね。

おば  
ちゃん

自分でできること  
は自分でやるのが、  
ボケないコツよ。

おじい  
ちゃん

足代わりがあるか  
ら、今のところは  
大丈夫じゃ。



◆年齢と身体の変化

1歳

10歳

20歳

30歳

40歳

50歳

60歳

70歳

80歳

○単語が言えるよう  
になる○つかまり歩  
きができる（1歳）

○良い悪いの判断が  
できる○腕・肩など  
の筋肉の調節能力が  
急速に伸びる（10歳）

○視力のピーク○記  
憶力が強い○直感や  
ひらめきのピーク○  
細かくてスピーディ  
な作業に強い（20歳）

○視力が低下する○  
総合的システム的な  
判断力が増す○肉体  
的精神的な持久力が  
強い（35歳）

○老眼が始まる○耳  
が遠くなる○早起き  
になる○手作業が遅  
くなる○寒がりにな  
る（50歳）

○老眼鏡が手放せな  
い○高い音が聞き取  
りにくい○行動がス  
ローに○浴槽の出入  
りに手すりが必要に  
なる（65歳）

○気力が失われる○  
会話が大声に○杖や  
壁に頼る○水道カラ  
ン、ドアノブが回し  
にくくなる（80歳）

# 低身体下する機能とどうなるの?



●ゴーグル  
ゴーグルをつけて、白内障などにより視野が狭くなることを体験。



◆シニア体験装具をつけて  
高齢者の感覚をシミュレーション

耳●耳栓  
耳栓をつけて、聴力の衰えを体験。

シニア体験装具をつけて、お年寄りの感覚を体験してみた。私がおばあちゃんになったら、こんなに身体の自由がきかなくなるのね。

手首●手首用ウエイト  
●利き腕の手首に手首用ウエイトを固定し、利き手の動きが不自由になることを体験。

膝●膝用サポーター  
●利き足の膝にサポーターをつけて、膝関節が曲がりにくくなることを体験。

杖  
●歩行の助けを体験。

肘●肘用サポーター  
●肘に空気の入った腕用サポーターをつけて、腕の関節の曲がりにくさを体験。

手・指●ビニール手袋・テープ  
●手にビニール手袋を二重にして、人さし指と中指、薬指と小指を紙テープでとめる。握力の低下、指先の器用さの低下を体験。

足首●足首ウエイト  
●左右に重さの違うウエイトを付けて(利き足を重くする)、平衡感覚が鈍くなることを体験。

## お年寄りや子供にはバリア(障害)がいっぱい!

●住まいの中には、健康新人にあってはならないことでも、お年寄りや子供、身体の不自由な人にとっては不便で危険極まりないものがいっぱい! ときには、思いがけない事故を招くこともあるのよ!



もっくん  
ボクなんか、まだまだ背が届かないから、洗面台で手も洗えないよ。

おじいちゃん  
これでさっちゃんも、自由に動かせないはがゆさが、解ってくれただろう。

## 歳とともに 身体機能の衰えが

住宅内の事故の被害者は、高齢者と子供に集中し、とりわけ高齢者には危険性が高まります。その要因としては?

五感が鈍り、危険予知がしつぶくなる。

機敏な動作ができなくなる。

間違いやすぐ、複雑な操作ができない。

転びやすくなる。

機敏な動作ができなくなる。

事故にあると、治りにくいのも高齢者の特徴。ちょっとしたケガで寝たきりになるケースも多いものです。

では、どのように身体機能が低下し、また建物側からはどんな配慮が必要かを考えてみると?

●視覚 いわゆる老眼が進み、明暗に対する順応力や色を識別する力が低下する。

●聴覚 高音域が聞き取りにくくなる。音量を大きくしたり話声が大きくなったり。

●嗅覚 ガス漏れの臭いや、焦げた臭いをかぎ分けることが難しくなる。

●触覚 感覚が鈍り、火傷などの心配がある。

●筋力 動作が鈍くなり骨ももろくなる。転びやすく骨折しやすくなり、背も縮む。

●火力を使わないオール電化が理想的。

●転倒予防シートを少なくするため、段差をなくす、手すりを付ける、仕上げ

●転倒予防シートを少なくするため、段差をなくす、手すりを付ける、仕上げ