

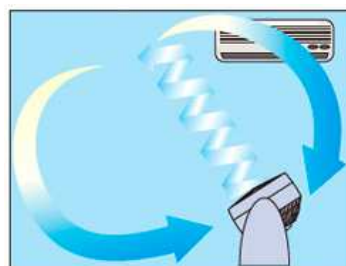
夏の定番、扇風機の活用術！



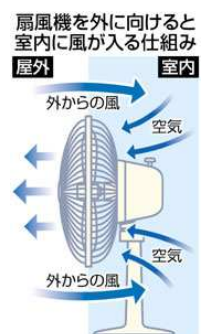
この夏購入のDC型扇風機！

「いやぁ～暑いですね～」とりあえず現場に着いてお客様、職人さん問わず発してしまう一言。今年の夏はエルニーニョ現象の影響で冷夏になるなんて予想されていましたが、一転、エルニーニョは秋以降にずれ込み猛暑！？という事で、もう少し暑い日が続きそうですね。(涙)さてそんな夏に必需品なのが“扇風機”です。東日本大震災以降、省エネ、節電の為、エアコンに変わり脚光を浴びるようになりましたね。最近では従来型のAC(交流)モーターに変わり消費電力の少ないDC(直流)モーター型の物や、羽根をひねったり枚数を増やしたりと、風の質にこだわる物まで登場するようになりました。そんな状況の中、去年、我が家の扇風機が壊れて

てしまい、この夏買い替える事となりました。当初、奮発して羽根のないダイソンのタワー型エアマルチプライヤーを！、と思いましたが、扇風機に5万円はちょっと・・・と結局DCモーターのタイプを購入しました。それでも従来のタイプよりも音は静か、風量もダイヤル式で無段階調整できる優れたもの。サーキュレーターとしての機能もあり10m以上風が届きます。家電もここまで進化したか！とそよ風に当たりながら感激しています。(笑)さて我が家の家電自慢はこれ位にして、ここでは扇風機を使ったちょっとした節電方法をご紹介します！真夏の今頃は窓を閉め切って外出すると、お部屋はさながら蒸し風呂状態ですよね。そんな状況でお部屋を一気に冷やそうとエアコンのスイッチを入れるその前に！全ての窓を開け、扇風機を外に向けて回します。すると室内の暑い空気が排出され、(換気扇の原理です。)外から風が入ってくるので室温が少し下がります。そこからエアコンをかけてあげるのです。エアコンは立ち上げ時に一番電力を消費するのでこのひと手間ですぐいぶん節電できますよ！さらにエアコンが始動したら外に向けた扇風機を移動！エアコンの冷風が一番届いている床面に置き、出来るだけ上向きにしまわします。これによりお部屋の空気を対流させ素早く全体の温度を下げる事が出来ます！冷気は下に滞留するのでエアコンの設置されている上の方はなかなか温度が下がりません。設定温度の感知センサーはエアコンについていますから自動設定の場合、風量が“強”から抜け出せません。そんな時、エアコン付近の温度が下がれば“強”→“中”→“弱”に切り替わっていきます。また冷気が部屋中を循環することで体感温度も下がりエアコンの設定温度も27、8℃でOKです！ちなみに設定温度26℃のエアコンだけの消費電力よりも1℃下げて27℃にしたエアコンに扇風機を併用した消費電力の方が少ないそうです。設定温度を1℃下げると約10%の節電になると言われますので是非ともお試しください！そんな事で皆さん、この夏、いろいろ工夫して快適で涼しい扇風機ライフを楽しんでみてはいかがでしょうか。



沈んだ冷気を持ち上げて室内を涼しく



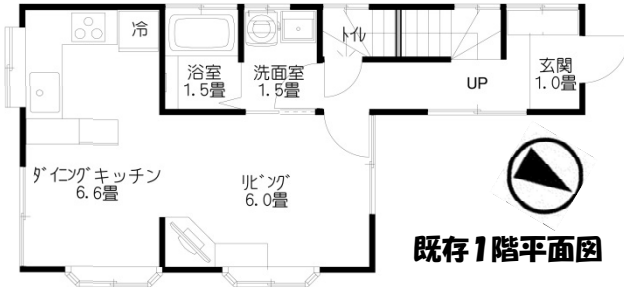
扇風機を外に向けてと室内に風が入る仕組み
屋外 室内

BEFORE → AFTER リフォーム工事見学会

リフォームデータ

物件概要	木造軸組2階建
築年数	22年
リフォーム箇所	1階全体
リフォーム期間	1か月半

今回の見学会は1階をフルリフォームしました〇様邸の現場をご紹介します。ご要望は使い勝手の悪いダイニングキッチンを何とかしたい。出来れば対面式に。また古くなった水廻りを一新したい、というものでした。リビングの床もフカフカしていましたのでLDK全体として捉え、内装も含めてプランニングしました。



リフォームのポイントは細かく仕切られたDK～リビングの壁や食器ユニットを撤去し広いワンルームにして開放的なLDKにする事でした。まず奥まっていたキッチンをリビングに向けて対面式に。また隙間風が気になっていた洗面所の出入口を塞ぎ作りつけのTVボードを設置しました。TVの位置が変わりましたが以前よりもリビング

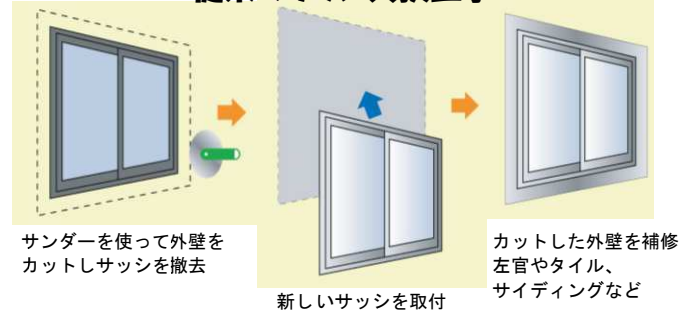
を広く使えるようになりました。床材に関して、〇様は直接床に座っての生活スタイルでしたので冬でも暖かくまた軟らかいので体にやさしい20mmもある無垢のパイン材を採用しました。それに伴いお部屋の内装はTVボードはもちろん、キッチン、対面カウンターなどふんだんに無垢材を使ったことでナチュラルでやさしい雰囲気に仕上がりました。その他の水廻りの設備に関しても経年劣化により全て新しいものに取り換えました。特に浴室に関しては0.75坪から1坪に広がり、今までよりもゆったりとしたバスライフを送れるようになりました。



カバー工法のすすめ

皆さん、カバー工法ってご存知ですか？外側の窓やドアを交換する際、既存の枠だけを残して新しい窓やドアに交換する工法です。基本的にサッシは外壁にビスで固定されている為、撤去する際はまわりの壁を壊さなくてはなりません。取り換えた後も壊した部分の補修が必要で、手間も時間もかかります。傷跡も残ります(涙)そこでこのカバー工法。既存の枠はそのままで"外壁を傷めず"交換OK!。しかも1日で完了できます。特に玄関ドアはお家の「顔」きれいに短時間でリフォームしたいですね。玄関先なので外壁がタイルなどで仕上がっている場合も多く、このカバー工法が有効です。サイディングの場合もおススメです。下の写真は実際の施工の様子です。夏に備えて採風タイプに交換しました。まわりのタイルを傷めず、きれいに仕上がってますね!

従来のサッシ交換工事



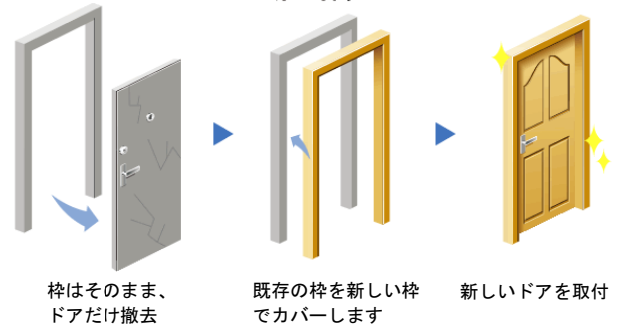
サンダーを使って外壁をカットしサッシを撤去

新しいサッシを取付

カットした外壁を補修
左官やタイル、サイディングなど



カバー工法!



枠はそのまま、
ドアだけ撤去

既存の枠を新しい枠
でカバーします

新しいドアを取付



既存の状態



ドアや格子を撤去して
枠だけが残った状態



新しい枠をかぶせました



ドアを取付完成～

住まいのことわざ

適材適所

「適材適所」とは普段「その人の適正や能力に応じて、それにふさわしい地位、仕事に就かせる事」という意味で使われますが、その語源は伝統的な日本家屋や神社の建築における木材の使い分けが発祥なんです。皆さんご存知でしたか？つまり「適材」の「材」は木材の「材」を意味します。古くは日本書紀にも記述がみられるという事です。豊富な森林に囲まれた日本では、針葉樹、広葉樹など実にさまざまな木材が建築に使われてきた歴史があります。建物を支える柱や梁などにも実に適切で理にかなった使い分けがなされてきました。例えば土台には腐りにくく耐久性の高い桧（ヒノキ）や栗を、内装の一部になる柱には木目の美しく優しい肌合いの杉を、また屋根や二階以上の重量を支える梁には強靱な松をといった具合です。また家具であるたんすには桐が最適であるというのも同様です。ん～、昔の大工さんは材料の個性を見抜いてその材料にふさわしい場所に使用していたんですね。昔の家が100年、200年と存在できるのはまさしくこの知恵のたまものですね。



Bells kitchen

ここの所、朝晩は少し涼しくなってきましたね。秋の予感・・・ですね。皆さま、この夏のようにお過ごしでしょうか？我が家は、皆それぞれ予定がギッチリ詰まっております、一日家族で過ごせる日がありませんでした(涙)。子供が大きくなってくると共に、こんな風になってくる事は覚悟していたつもりでしたが、いざ現実となってみると寂しいものですね。一緒に海やプールにも行かれなかったのが、今年の私は色白です(笑)。とまあ余談はさて



おき・・・暑い日が続くと、食欲もなくなってきましたよね。そんな時は少しピリッと辛いもの、スパイシーなものが食べたくなります。今回はスパイシーで、手軽に作れる「タコライス」をご紹介します。「タコライス」とはその名の通り、ライスの上に「タコス」の具をのせたものです。沖縄が発祥の地のようですが、近年はカフェなどの定番メニューになっています。今回ご紹介するレシピには、クミン、コリアンダー、チリ、ニンニクと数種類のスパイスを使っています。

クミン・・・消化器官に効果があり、腹痛や胃痛の緩和。食欲増進などによく効きます。抗酸化作用があり免疫力を上げる効果も。

コリアンダー・・・ビタミンCやカルシウムを含み、消化を促進します。頭痛の改善、鎮静作用もあり。チリ(唐辛子)・・・カプサイシンが脂肪の燃焼や食欲増進を促します。

ニンニク・・・言わずと知れたパワーの源。天然の抗酸化作用もあり、血液をサラサラにします。

と、まあ暑い日にはもってこい！！の効能ばかりです。何となくスパイシーなものが食べたくなるのは、きっと体の内なる声なのですね。まさに医食同源！！さあ、タコライスを食べる明日も頑張っていきましょう～

タコライス(4人分)

- タコミート(合いびき肉500g、玉ねぎ、ニンニク)
- クミンパウダー 小2
- カイエンパウダー(唐辛子) 小1/2
- コンソメ 小2
- 塩コショウ適量
- オリーブオイル 大1～2
- レタス 千切り
- トマト 種を取って角切り
- シュレッドチーズ



ワカモレ(タコライスのトッピングに最高)

- アボカド 1個 つぶしておく
- ミニトマト 10個 小さくカット
- ピーマン 1個 みじん切り
- 玉ねぎ 1/2個 みじん切りにして水にさらす
- ニンニク 半片 みじん切り
- レモン汁 1/2個分
- 塩コショウ少々
- オリーブオイル 大1.5

具材を混ぜるだけでOK
トルティヤチップスにつけながら食べてもいいおつまみですよ



ニンニクを炒めます



続いて玉ねぎも



合いびき肉も



スパイスを入れて
タコミートの完成～



ライスの上にレタスを



続いてタコミートも



続いてトマトも



チーズをのっけて
タコライスの完成～

お知らせ

来る9月23日(火・秋分の日)にTOTOショールームにて秋のリフォームフェアを開催することとなりました。2月に開催した際はあいにくの大雪でしたが(それでもご来場されました皆さま有り難うございました)今回は首都圏各ショールーム24カ所で同時開催(業界初!)、ダイケン、YKKapもコラボします。お楽しみイベントや来場特典などもご用意する予定ですので是非ともいらしてください!詳しい内容はまたご案内させていただきます。さて、暑い日が続きますが今回ご紹介しました扇風機をうまく活用し、さらにタコライスを食べる明日も頑張っていましょう。次回のベルズレターは11月発行の予定です。