

秩父郡皆野町大字大淵 9 5

宮前 貴好 様

cocoLove 通信 2015 Summer



こんにちは！自然素材の木と漆喰 まごころの家 こころはうす 設計担当の櫻澤です。

間もなく梅雨も明け 夏の HOT な季節がやってまいります！皆様 いかがお過ごしでしょうか？

これから HOT な夏の話に“熱中症”がよく報道されます。炎天下でお仕事されている方以外は意外に関係ないな一ツ思っている方も多いのでは！実際は緊急搬送された人のうち、自宅での発症が最も多かったそうです。

熱中症とは気温が高い状態が長く続くと、発汗して、水分や塩分が失われてしまい、また湿度が高いと、汗が蒸発せず熱がこもったままの状態になった結果、体の中の熱が放出されなくなってしまう状態の事だそうです。

風通しがあまりなくエアコンも使わない状態の際 外気温以上に室温が上がってしまうお部屋や、体温の調整機能が衰えている方などが発症しやすいのでご注意ください。

予防策としては・・・水分補給（のどの渇きを感じる前に こまめに水分補給しましょう）

エアコンを上手に使う(目安 室温 28℃、湿度 70%を超えたらエアコンを使いましょう)

等がすぐにできそうな対策です。

ところで、**水分補給でちょっと甘めの電解質飲料水以外で効果のある飲まれるものは？** ①緑茶 ②コーヒー ③お水

答えは、③お水 です。緑茶やコーヒーは利尿作用があり取り入れた水分を尿と一緒に排出してしまう為逆効果だそうです。

この夏、元気にお過ごし頂ける様 皆様 熱中症対策心がけてみてはいかがでしょうか？

そして、皆様の大切なご家族・ご友人、お知り合いの方で新築・リフォームなどお考えの方がいらっしゃいましたら是非ご紹介ください。こころはうす 一同 皆様の大切な方と一緒に 笑顔のお家造りができればと思っております。今後とも 変わらぬご支援ご鞭撻を 何卒 宜しくお願い申し上げます。

こころはうす トピックス

もっと家づくりを楽しみながらわかりやすく お客様に寄り添った形でご提案したいと思っております。

新築・リフォーム等お家のちょっとしたお困りごとや不安をどこに相談したらいいのかわからない・・・というお声をよく耳にします。そんな時は、こころはうす にご相談ください。

ホームページも皆様のお役に立てる内容に随時追加して参ります。是非、ご参考またはお役立て頂ければ幸いです。まだ、ご覧になっていらっしゃらない方は、この機会に一度ご覧ください。

そして、お陰様で段々とご参加件数も増えてまいりました

- ◆ 素敵な景色や美しい物等共有したら素敵なお写真を投稿いただく「**気まぐれ写真館**」
- ◆ お子様の自由な発想を絵に込めて描いて頂く「**こどもが描く夢の家**」

誰でもご参加頂けますので引き続きどうぞよろしくお願い申し上げます。

さらに、毎日スタッフが書き込んでおります **ブログもお楽しみに！**

ホームページ <http://www.cocolo-house.com> または **こころはうす** で 検索



イベントのご案内

◆7月18日(土)・19日(日) 大人気♥ ランチ付健康セミナー 「水素水で体のサビがおちる!」【予約制】

誰もが口にする水
理由が分かれば美味しく健康になれる!
対象者: 0歳以上の男女

場所: TOTO 熊谷ショールーム

時間: 12:00~13:00 (約1時間)

※前回のセミナーは、お陰様で満席となりご参加頂いた方々から、「参加して良かった!」など好評でした。

参加された方の感想は!



◆本日のイベントで印象に残ったことは何ですか?

水道水の変化に驚いた。
お米のとぎ汁の色にもあじわった。
大麦の強さにびっくりした。

◆ご質問・ご感想をご記入ください。

とても内容が分りやすく良かったです。
何げなく使っている水が3Wにも違いがあることに
おもしろさと新鮮さを感じました。



水素水で炊いたご飯を頂きながら
楽しく 実験等見ていただく
セミナーです!

◆8月2日(日) 設計士セミナー

こんな方におすすめ!

- ・これからお家を建てようと思っている本人
またはご家族の方
- ・建築中の方 等

「一生住む家を簡単自己チェック!」【予約制】 所要時間 約2時間

場所: 埼玉県児玉郡神川町

セミナー内容...一生住める家を建てたい人は知っていて欲しい**構造セミナー**です。
実際の建築現場で実験で体感頂いたりして 簡単にわかりやすく
自己チェックできるポイントが分かります。
完成してからではチェックできません! ので要注意ですよ!

重要ポイント

- ・雨漏り対策チェックポイント
- ・いまさら聞けない 高気密、高断熱と24時間換気について 等



〒360-0031

埼玉県熊谷市末広 1-63

ころはうす 天城屋株式会社

ご予約・お問い合わせは **048-598-5155** 櫻澤まで