

株式会社スギヤマ

〒471-0034 豊田市小坂本町4-7-2

TEL : 0565-31-5151

FAX : 0565-32-6661

http://www.sugiyama-rep.co.jp

# スギヤマ住まいる news

2012年8月20日号 vol.33



## テクノストラクチャー情報

### テクノストラクチャーよくある質問

他メーカーよりココが一番っていうポイントは？(他社も地震に強いと言ってるけど・・・)

住宅には同じ間取りがほとんどなく、それぞれの間取りで必要な強さ、必要な部材は異なっています。テクノストラクチャーは、パナソニック電工がお客様の住宅一棟一棟の構造計算と、主要構造部（基礎を除く）の全棟施工検査を行い、すべての物件について構造的に問題がないか確認しております。これが他メーカーとは異なる一番のポイントです。（一般的な在来木造住宅では構造計算は行っておりません。）なお、この構造計算により国土交通省が認める住宅の強さの最高ランク（耐震等級3）を取得することもできます。※耐震等級1とは、震度6強～震度7程度（関東大震災で東京において発生したと予想される地震の揺れ）に対して、倒壊・崩壊しない程度の強さです。耐震等級2とは、耐震等級1の1.25倍の力、耐震等級3とは耐震等級1の1.5倍もの力に耐えるランクです。

## 暮らし豆知識

### 夏休みおすすめ！子供が喜ぶおやつ

#### 【焼きバナナ】

作り方は簡単。

皮がついたままバナナをアルミホイルでくるみグリルで焼くだけ♪

時々アルミホイルを開けてバナナが熱くなったかチェック。ちょっと焦げたくらいができあがり。

あとはバナナの皮をむいて

アイスクリームをトッピング。

フルーツは焼くと糖度が増えて美味しいので焼きリンゴや焼きミカンもおすすめです♪

※リンゴは芯をくりぬいて

180℃のオーブンで約120分



## カラダのミカタ

### ウォーキングを長続きさせるには

足が「第二の心臓」と呼ばれているのは、ふくらはぎがポンプの役割をしてつま先まできた血液を心臓へ押し戻しているから。

このふくらはぎポンプは、長時間足を動かさないと動きが鈍ってしまい、【足の冷え・むくみ】の原因になってしまいます。

このトラブルを最も簡単に解決する方法が「ウォーキング」。歩くことでふくらはぎポンプがきちんと機能し、全身の血液循環を促して、むくみや冷えにも悩まされずに済みます。

ウォーキングの目標は1日1万歩。「歩くぞ!」と意気込んでしまうと逆に大変に感じてしまうので、とりあえず「3分」だけ歩いてみて下さい。実際歩き始めてみると3分なんて簡単で、意外と歩けたりするものです。ウォーキングは歩いているときより、歩き出すときの方が大変なもの。まずは「ちょっとそこまで」感覚で始めてみるのが長続きのコツ。

## お知らせ

### モデルハウス公開中♪

「こんなに設備ついて、坪単価 38.6 万円!？」

「はい♪そうです♪」

スギヤマの家は地震に強く長く安心して住める住宅です。一見の価値あり!皆様のご来場をお待ちしております♪イメージしやすい4LDK間取りです。

自分のお住まいと思って体感してみてくださいね。  
豊田市宮上町3丁目8-46  
でお待ちしております。

