

スギヤマ住まいる news

2012年11月1日号 vol.38



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

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

～筋交いだけで強度は大丈夫なの？

3階建てみたいに合板を貼らなくていいの？～

大丈夫です。2階建ての場合は筋交いで必要かつ十分な強度を確保できます。

3階建ての場合は2階建てと比較するとはるかに大きな水平力がかかるために、合板を全面に貼らざるを得ない場合が多くなっているのです。

テクノストラクチャーでは1棟ごとに構造計算を実施しており、最適な位置に適切な量の筋交いを配置しますので安心です。



暮らし豆知識

超簡単めんたい豆腐丼♪

- ・丼にごはんを入れます。
- ・お豆腐（半丁）をぐちゃぐちゃってやっでごはんののっけます。
- ・その上にめんたいこを皮から出して全体にのっけます。
- ・その上に刻みねぎをぱあってふりかけます。（万能ネギとかでもオッケー）
- ・その上にバターをひとかけのっけます。（超重要）
- ・レンジで1分か1分半チンして調理終了。
- ・そこに醤油をピピッとかけてできあがり。



カラダのミカタ

疲れをためない自分メンテナンス術

その疲労「うつ病」のサイン!? まずはチェック!

- 物事に対し興味が無い、楽しめない
- 気分が落ち込む、憂鬱になる
- 気力がなく疲れた感じが続けている
- 寝つきが悪く途中で目覚める、逆に眠り過ぎる
- 食欲があまりない、あるいは食べ過ぎる
- 読書やテレビ、ネットに熱中することが難しい

睡眠時間をしっかりとろう!

生活リズムを整えよう!

朝日をあびよう!

食事をきちんととろう!

適度な運動をしよう!

早めにケアして心の元気を取り戻しましょう♪



お知らせ

11/23、24、25

井上モデルハウスグラウンドオープン

10:00～17:00

豊田市井上町9丁目30-2



静かな住宅地に全5区画の分譲地販売中。
その中にモデルハウスがオープンします。
南面道路に接した日当たり良好な土地に建築された4LDKの太陽光発電つきモデルハウス。
ご家族が笑顔で安心して永く住める家を体感しに来てくださいね♪

