

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



2013年6月1日号 vol.52

## テクノストラクチャー情報

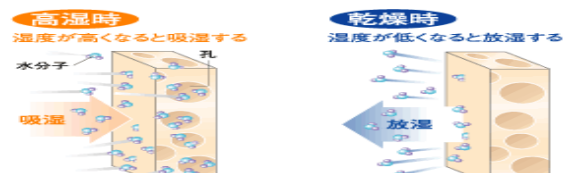
## 調湿壁材しつど番について ～調湿機能のメカニズム～

土壁の原料として、昔から私達の暮らしを支えてきた珪藻土（けいそうど）が湿気を調整します。基材に混合された珪藻土には、空気中の湿度が高くなると、お部屋の湿気を吸収し、乾燥してくると、湿気を放出し、湿度を快適な状態にコントロールする機能があります。珪藻土は多孔質で知られる木炭の数千倍といわれる超多孔質。この孔が、空気中の湿気を吸着します。24時間でコップ11杯分の吸湿量※。

（1間間口、半間奥行きクローゼットに換算すると、約2リットル

（180ccのコップ約11杯分）の吸湿量となります。）

湿気の多いこの季節。大切な寝具や衣類を守ります。



## 暮らし豆知識

## 梅雨の時期、早く洗濯物を乾かす4つのポイント！

- ① 空洞をつくる・・・ピンチハンガーの場合、乾きにくいジーンズなどは裏返してウエスト部分を5～6カ所はさみ真ん中を空洞を作って干すと竿にひっかけて干すより断然乾きが早いです。
- ② 布が重ならないようにする・・・ピンチハンガーにタオルは両端をはさみ、一枚ずつ平行に干す。バスタオルは長い方を挟んでジグザグ干しがおすすぬ。
- ③ 谷間をつくる・・・ハンドタオルなど短いものがあれば、フェイス→ハンド→フェイスタオルと長さを変え谷間を作ると風通しがよくなります。
- ④ バンザイ干し・・・竿にウエスト部分をかけてバンザイ状態で干すとなかなか乾かない脇の下も早く乾きます。部屋干しではに扇風機をプラスすると除湿機が無くても早く乾かせます。

クローゼット内の湿気対策には調湿壁材「しつど番」を。宮上モデルハウスで体感してくださいね。

## カラダのミカタ

## 六大栄養素をとって正しいバランスよい食事をしよう♪

六大栄養素とは

- ① 炭水化物（主食の米やイモ類など）
- ② 脂質（肉類や魚介類、動物の脂質など）
- ③ タンパク質（肉類や魚介類、豆類など）
- ④ ビタミン類（ビタミンA・D・E・Kなどの脂溶性ビタミンとビタミンB群とビタミンCなどの水溶性ビタミンがある）
- ⑤ ミネラル（食事摂取基準には13種類あります）
- ⑥ 植物繊維など（野菜に多く含まれる。大腸がんの予防に高効果）



野菜は旬の野菜を中心に。ビタミンCは加熱に弱く生野菜や果物のほうが摂取しやすいですが、ボイルした野菜はミネラルが多く含まれるためおススメの摂取方法です。生活習慣病の予防に野菜をたくさん摂取しましょう♪

## お知らせ

## モデルハウス内覧中

豊田市宮上町3丁目8-46 10:00～17:00  
(水曜定休)

奥様がワクワクしちゃう家♪  
すっきり片付く土間収納や  
家事しやすい間取りを  
見に来てくださいね♪



地震、台風に強いヒミツ  
もここに！

