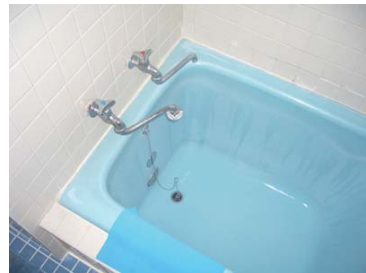


# 工事現場拝見!!

ここでは、当社で工事をさせて頂いたお客様のお宅をピックアップしてご紹介いたします。

## ～A様邸 水廻り他改修工事～



タイル風呂を、一部広げて1坪のユニットバスを入れます。アルミのサッシも樹脂サッシに取り替え、さらに断熱性を高めます。



こちらのお宅は、キッチンの位置を変え対面キッチンに。今まで使っていた既存のキッチン上の吊戸棚は、今後収納として使えるので、一旦取り外して再び取り付けます。床はリビングから続けてフローリングを張替えます。

床が仕上がり、クロスも貼り替え、いよいよキッチンが入りました。これから配線工事、設備工事をして上げていきます。最後に美装をして完成です。



←←← 足が伸ばせる広い風呂と、明るい対面キッチンになりました。↓↓↓



### 完成です!

- キッチン  
TOSTEM プラータ (スリムフルフラット)
- バスルーム  
INAX ルキナ



↓↓ 工事担当者へお渡し下さい ↓↓

## ☆ご紹介キャンペーン☆

期間中に、20万円以上の工事をご紹介下さったお客様と、ご紹介でご契約頂いたお客様それぞれに、素敵なプレゼントを差し上げます!!  
※プレゼントはご契約金額(税抜き)に応じてご覧のようになっております。



プレゼントお引き換え券  
こちらの券をお持ちの方のみ対象とさせていただきます。

ご契約者様	様
ご紹介者様	様

有効期限09.5.31

※プレゼントの内容は一部デザイン等変わる場合がございますのでご了承下さい。

# エルム通信

～春号～  
09.03.06 Vol.05

## きたひろ東口歯科

この度、新築工事をさせて頂いたきたひろ東口歯科をご紹介します。



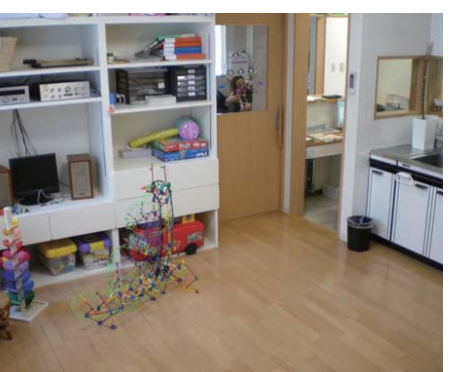
院長 松本敦至先生:  
北大大学院に進学した後、H5からH20まで北大病院歯科診療センター勤務。現在北大病院客員臨床講師。歯学博士、日本歯周病学会認定専門医。

副院長 松本貴子先生: 北大卒業後北大歯学部で研修。H5からH20まで北広島市内の病院歯科勤務。歯科医師の他ケアマネージャーの資格保有。

- 所在地: 北広島市中央6丁目4-2
- TEL/FAX: 011-373-0804
- 診療科目: 一般歯科
- 休診日: 日曜、祝祭日
- 電話予約制です。
- 訪問診療を随時承ります。



待合室の一角がキッズスペースになっているのが一般的なか、こちらでは待合室とは別に診療室からも見える独立したキッズルームがあり、歯科衛生士の他保育士も常勤しているため患者さんのお子さんはもちろん、スタッフの託児スペースとしても利用することができます。



バリアフリー、ユニバーサルデザインに配慮しているのも一つの特徴で、エレベーターの他、トイレは写真のタイプと、これとは対称の右利きの方用のタイプもあります。通常床にくるコンピュータ関係の配線も天井に納めることで床をスッキリさせました。また、在宅高齢者や高齢者向け施設への訪問診療も行っています。



## 3月28(土), 29(日)春のリフォーム相談会開催!!

この街で生まれ育って31年  
エルム建設株式会社  
北広島市共栄町4丁目17番地8  
Tel 0120-370-240  
E-Mail house@elmnet.co.jp  
URL http://www.elmnet.co.jp



# クシュン!! 花粉症 特集

年々増え続けている花粉症人口。そろそろ時期が近づいてきました。つらい思いをしている方も、花粉症ではない方も、ぜひご一読を!!

## 花粉症とは...

現在日本では人口の約20%が花粉症といわれており、医師の診断を受けていない人を含めるとその数はさらに多いともいわれています。花粉症とは、人間の体にとって本来有害ではない花粉を体が有害と勘違いし、免疫機能の働きで神経等を刺激するヒスタミンが放出され、その刺激により体内に入った花粉を鼻水や涙で洗い流そうとしたり、くしゃみで花粉を排出しようといった症状が起こるものです。

## なぜ増えている?花粉症

1970年代の後半からその存在が知られ始め年々増加し、今や国民病とも言われている花粉症。なぜ、こんなにも花粉症が増えているのでしょうか。

- まず原因としてあげられるのが、戦後大量に植えられた杉や桧が成木になり、今まさに活発に花粉を放出する時期にきている。
- コンクリートやアスファルトで地面が覆われている都会では、花粉がいつまでも土や水面などに吸収されず、また交通量の増加で地面に落ちた花粉が何度も舞い上がり、再飛散してしまう。
- その他、車の増加による大気汚染や生活習慣・住環境の変化など、様々な要素が関わっていると言われています。



## 北海道に多い花粉症

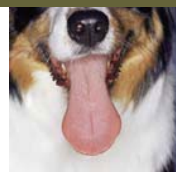
日本における花粉症の約70%は杉花粉が原因によるものといわれていますが、北海道に限って言えば、杉は道南の一部にしか自生していないため幸い杉花粉に悩まされる人は少ないようです。しかし安心はできず、北海道では杉ではなく「白樺」が猛威をふるっています。スウェーデンなど北欧の国でも同じく白樺による花粉症があるようです。又、白樺花粉症患者の約6割の人が口腔アレルギー（果物を食べると口の中がかゆくなったり、腹痛等を起こしたりするもので、りんご・桃・さくらんぼ等のアレルギーが多く、果物アレルギーとも呼ばれている）を併発していると言われており、こちら



白樺花粉症とともに増加しています。いずれにせよ、早めに医師の診断を受ける事をお勧めします。

## ペットの花粉症?

花粉症は今や人間だけでなく身近なペットやサル等にも広がっています。人間と同じように、くしゃみを連発したり鼻水を垂らしたり、その他にも目の周囲や耳、脇など体にかゆみが出たり、酷い場合は皮膚に炎症が出ることも。また、似た症状でも花粉以外にダニやカビ・食べ物アレルギー等もあり、それらも花粉の飛ぶ時期に重なると症状が悪化してしまうこともあるようです。



## 花粉症対策

花粉を吸わない・浴びない・持ち込まない←アレルギーである花粉との接触を避けることが大切です。

### ●外出時

マスクをすることで、花粉を吸い込む量を3分の1から6分の1まで減らすことができ、鼻の症状の軽減に繋がります。眼鏡も同様に目に入る花粉を2分の1から3分の1まで減らすことができます。また、花粉症でない方も花粉との接触を少なくすることで、新たに花粉症になる可能性を低くすることができるので、これらの方法は予防にも役立ちます。

### ●帰宅時

室内の花粉の多くは外出時の衣類等から持ち込まれるものなので、空気清浄機などを使うのも手ですが、まずは衣類に静電気防止スプレーを用いたり、家に入る際にもブラシなどで衣類に付着した花粉を払い落とすことが大切です。家に入った後、うがいでのどの花粉を洗い流し、目のかゆみの原因にもなるまつ毛等に付着した花粉も洗顔で洗い流します。

### ●家の中で

洗濯物は室内で干すのが好ましいのですが、外で干す場合は、取り込む際によく払います。干した布団を取り込む際にもブラシでやさしく花粉を払います。掃除の際には花粉を舞い上がらせないように、使い捨てのシートタイプのワイパーなどで一度床を拭いてから掃除機をかけるようにします。



## 現在の取り組み

今、宮崎市では「少花粉杉」という花粉の量が通常の100分の1という杉の植林が進められています。これは2006年から官民あげて取り組んできたもので、08年は、3000本植林されました。今年は昨年より体制も整い、およそ5万本が植林されるそうです。この少花粉杉は、新しく開発された品種という訳ではなく、切り倒してみると、「ほとんど花がついていない」ということで注目された「高岡署1号」という杉で、材質も優れているとのこと。杉の木は、植えてから切り倒せる程度に成長するには少なくとも40年はかかるため、全ての杉が少花粉杉に入れ替わるには長い時間を要しますが、少しずつでも花粉が減るとありがたいものです。



# ☆レシピ☆

圧力鍋におまかせ鶏手羽元のこってり甘辛煮

### 材料

- 鶏手羽元 ..... 10本程度
- ゆで卵 ..... 4個
- しょうがスライス ..... 1かけ分
- 水 ..... 1カップ
- 固形コンソメスープの素 ..... 1個
- 酒・みりん ..... 各大さじ3
- さとう・しょうゆ ..... 各大さじ5



- 1、圧力鍋で油をよく熱し、手羽元を色がつく程度に焼きます。
- 2、一度火を止めて残りの材料を全て入れて蓋をします。
- 3、蒸気が出て圧力がかかったら約10分程加熱し、その後火を止めて圧力がなくなるのを待ちます。
- 4、蓋を取り、時々煮汁をかけながら煮詰まるまで火にかければ出来上がり。

# けんちく豆知識

## 住まいの防犯対策

泥棒は侵入までに10分以上かかると、約9割が侵入を諦めるそうです。そこで住まいにできる対策としていくつか例をあげると...

- 窓ガラスに防犯フィルムを貼る、又は少々高価ですがガラスを防犯ガラスに変える、補助錠を設置する(←泥棒の侵入方法の中で一番多いのがガラス破りによるもの)
  - 玄関の鍵をピッキングされづらいものに交換する
  - サムターン(玄関の内側から回す鍵のつまみ部分)にカバーを取り付ける(←最近ではピッキング対策をしているお宅が増えてきたため、郵便受けなどから針金などでサムターンを回し、鍵を開けるといいう手口が増えてきているそうです)
  - 窓に面格子を取り付ける...などがあげられます。
- 泥棒は空き巣に入る場合、ほとんどが事前に下見をするといひ、そこで入りやすいか、逃げやすいか、留守かどうかをチェックするそうです。そして留守かどうかのチェックの仕方でも一番多いのが「インターホンを鳴らす」ことだそうです。返事をして誰もいない場合は、もしかしたら泥棒かも...?怖いですね。その他にも、●窓の傍などに足場になるような物を置かない●合鍵を置かない(←合鍵を見つけ出して侵入するケースも)●ちょっとした外出でも必ず戸締りをする、2階の窓も忘れずに施錠する●カメラ付きのインターホンを設置する●玄関や狙われる危険のある所にセンサー付きの照明器具を設置する●足音がわかるように家の周囲に砂利を敷く●塀や植木による死角をつくらない●郵便物を溜めない(←長期間留守にする場合は新聞や郵便物の配達を停止してもらう)など...泥棒に狙われづらい家にもすることが大切です。



## を、少しご紹介。

今回は...

きたひろ東口歯科の松本先生ご夫妻にお話を伺いました。

この度新築工事をするにあたって相見積もりも数社とっていましたが、私(貴子先生)が15年間北広島で勤務していたこともあって、地元の方からの評判を耳にしたことと、実際にエルムさんで建てた新築を見せてもらった際に、そのお宅の新築工事中にご近所の方が何度も現場を見に来られ、そちらのお宅もエルムさんにリフォームを依頼したというエピソードも印象的で、最終的に工事をお願いすることに決めました。工事中も、閉院した歯科の器具を外して再設置したり、特注の棚の製作などの細かい注文に対しても業者さんとしっかり打合せをしてくれたのでとても助かりました。異部長をはじめ、エルムの社員の皆様と関係各社の熱意に感謝します。

