

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をピックアップしてご紹介いたします。



札幌市K様邸 太陽光発電設置工事
(施工期間：5.7kw 2日間)



エルム建設の社屋
太陽光発電が設置してあります♪



見に来てネ



エルム通信

～冬号～

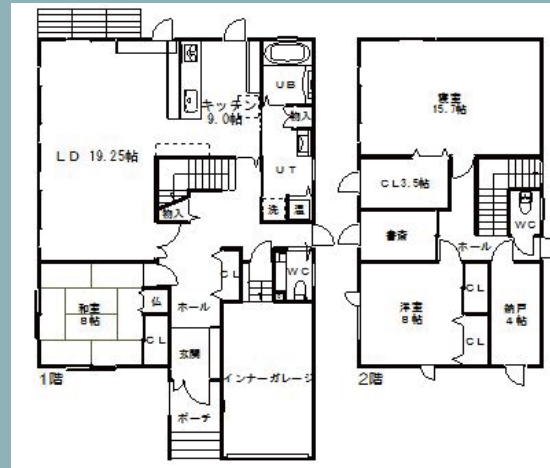
2012.12 Vol.20

光りと緑を取り込むこだわりの設計
四季の移ろいに寄り添う家



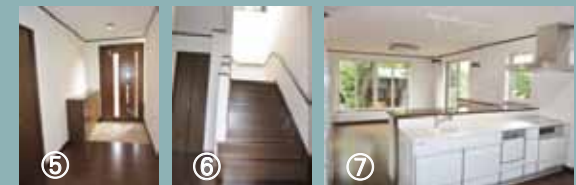
①上下に色分けした乾式タイルとビルトインガレージのシャッターが上品で深みのある外観を演出。
②外観になじむ自然な風合いのウッドデッキが部屋と庭をつなぐもうひとつの空間でガーデンライフを満喫。
③都心にありながら緑に囲まれた立地で、都市と自然を両方満喫。

- K様邸新築工事
- 1階床面積 / 119.66㎡ (36.125坪)
- 2階床面積 / 72.46㎡ (21.875坪)
- 延床面積 / 192.12㎡ (58.000坪)



ポイント **広々空間**

- ④ 外と内を大窓でつなぐ
- ⑤ 広く明るい玄関ホール
- ⑥ 幅広階段でゆったり
- ⑦ どこからでも緑が見えるオープン設計



この街で生まれ育って34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



イマドキトピックス

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

探しものに1日10分かけている!?

民間保険会社が行った調査によると、人は、探し物に1日10分、一生で153日分の時間をかけていることが分かりました。人生のなかで半年近くを探し物に費やしているのかと思うと、ちょっともったいない気がしますね。

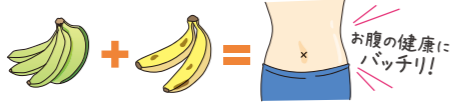
ちなみに、よく見失う物トップ5は「携帯電話」「家・車の鍵」「書類」「眼鏡・サングラス」「財布」。だいたいは家で見つかることが多いといいます。生活に密着している物ばかりだけに、家ではつい無意識に扱ってしまいがち。しかし、紛失することで個人情報や奪われたり、フィッシング被害にあうなどの危険もあるので注意しましょう。



バナナは色で栄養が変わる!

バナナと言えば黄色。でも、熟す前は堅くて青っぽく、熟してくと、黒い斑点が出てきます。実はその変化によって、栄養も変化するのだそう。

青めのバナナは整腸効果が期待できる「難消化性デンプン」が多く含まれ、これらは熟していくにつれて減っていくので、便秘など腸の悩み解消には「青バナナ」がおすすめ。黄色バナナはビタミン B2、B6、ナイアシンを多く含んでいるのでお肌にいいといえます。熟してくと斑点=シュガースポットが見られますがこれには「リン脂質」という物質が含まれ、胃の粘膜を保護してくれる作用があるそうです。栄養満点のバナナ。体調や好みによって、上手に取り入れましょう。



体のゆがみの一因、「浮き指」とは!?

足指の形が変形する「外反母趾」はよく知られていますが、足指が地面にしっかり接地せず、浮いてしまっている「浮き指」が注目されています。

浮き指は、たとえば、靴が脱げないように指を内側に押し込んで歩くことなどによって起こります。そうすると、重心がかかと寄りになり、体のバランスが崩れてゆがみが生じ、腰痛や下半身太りの原因になるのだとか。足の親指を自分の方向に曲げてみて、90度以上反れば浮き指のサイン。さあ、さっそく確かめてみましょう。もし浮き指なら、次の運動を片足5分ずつ、毎日続けることで少しずつ改善するそうです。

1. 手の人差し指を伸ばし、親指と残りの3本で足の親指を握る。
2. 足首が動かないよう反対の手で足の甲をしっかり持ち、足の親指の付け根を内側へ曲げる。
3. 足の親指の付け根を右と左に回転させる。

実践カラーコーディネート 外壁編

家の個性をつくる「張り分け」

同じ形の外観も、張り分けによってその印象や表情が大きく変わります。

■ 水平ラインで張り分け

上下に張り分けることで落ち着いた雰囲気。

■ ブロックごとに張り分け

造形的な特徴や個性が引き出される。

■ 垂直ラインで張り分け

上下階を通して張り分けることですっきりとスマートな印象に。



■ 破風(はふ)で張り分け

妻壁の破風(△の部分)を明るくすると軽快に、暗くすると重厚感が高まる。

■ コーナーを張り分け

コーナーの強調がシャープできれいとした印象に。

■ 縦横ミックスして張り分け

ミックスさせた張り分けがモダンで個性的な印象に。



お客様アンケート抽選会開催!

ご意見・ご感想まで書いて頂いた方を対象とした抽選会を行ない、当選した方をエルム通信～春号～で発表いたします。お楽しみに!!



簡単お手入れで、しっとり美しい手を保つ

炊事やお掃除などで日ごろ酷使しているのに、なかなかお手入れが行き届かないのが手指です。冬は皮脂の分泌量も少なく乾燥しやすいので、ハンドケアが不可欠です。

手荒れの季節、手指をいたわりましょう

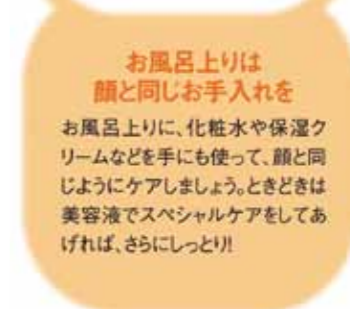
手洗い、水仕事のあとはしっかりタオルドライ

手を水やお湯につけると、手肌の表面をおおう皮脂が流されてしまい、乾燥の原因になります。さらに、手に水分を残したままにしておくと、蒸発するときに肌内部の水分まで一緒に奪われて乾燥はますます進行してしまいます。手が濡れたらそのつど乾いたタオルでいねいにふき、ハンドクリームをこまめにつけるようにしましょう。お風呂上りにできるお手入れ法や、しっとりうるおうティッシュパック、ハンドマッサージなどを習慣にするとさらに効果的。水仕事のときは必ずゴム手袋をする、寒い日のお出かけは手袋で冷気から守るなど、つねに手をいたわってあげることも大切です。



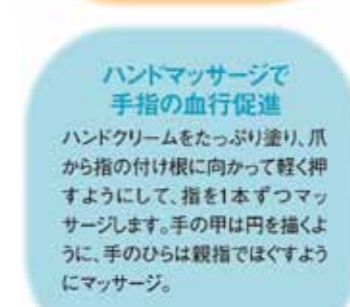
いろいろな素材の手袋で手荒れを防止する

水仕事のときはゴム手袋で保護。寝るときはハンドクリームをつけて通気性のよい綿やシルクの手袋を。外出のときはムートンや革など風や冷気をおしにくい素材の手袋がおすすめです。



お風呂上りは顔と同じお手入れを

お風呂上りに、化粧水や保湿クリームなどを手にも使って、顔と同じようにケアしましょう。ときどきは美容液でスペシャルケアをしてあげれば、さらにしっとり!



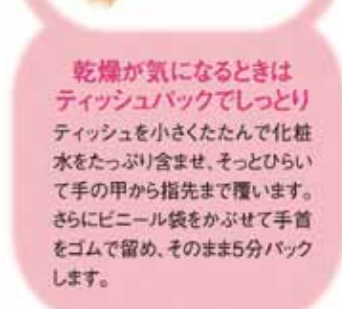
ハンドマッサージで手指の血行促進

ハンドクリームをたっぷり塗り、爪から指の付け根に向かって軽く押すようにして、指を1本ずつマッサージします。手の甲は円を描くように、手のひらは親指でほぐすようにマッサージ。



乾燥が気になるときはティッシュパックでしっとり

ティッシュを小さくたたんで化粧水をたっぷり含ませ、そっとひらいて手の甲から指先まで覆います。さらにビニール袋をかぶせて手首をゴムで留め、そのまま5分パックします。



⑤位置が決まったらフィルムをはがし、台紙に写真とカットペーパーを貼り、フィルムで押さえて完成。



⑥アルバムのフィルムの上から写真やカットペーパーを置き、バランスを見ながら配置を決めます。

暮らしメモ
思い出をアートの!
スクラップブックに挑戦
紙を切り抜いて作られた文字や花などを写真と組み合わせるアルバムをにぎやかに飾るのがスクラップブック。色使いや配置を工夫して、世界にひとつのオリジナルアルバムが作れます。カットペーパーはさまざまな種類があり、大型の文房具店やインターネットで簡単に手に入ります。色画用紙などを自分でカットしても、もちろんOKです。
用意するもの
写真、カットペーパー、アルバム

※フィルムのないアルバムの場合は、台紙に写真とカットペーパーをのりで貼り付けます。