

# まるごと断熱リフォームで 家中どこでも暖かな暮らしを

「住まいの断熱」と「健康」は深いつながりがあります！



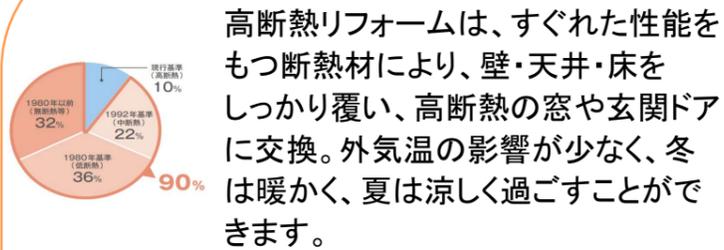
LIXIL の「まるごと断熱リフォーム」  
だからできる！

新築・高性能住宅レベルの断熱性能

健康・快適な暮らしのために、トップレベルの断熱性能を目指し、断熱リフォームパネルや天井・床・開口部断熱などのリフォームで高性能住宅を実現します。



冬も夏も、どこにいても快適！



実は！日本の家の90%が寒さ・暑さを我慢している断熱性能の足りない住宅です。

**快適 健康 省エネ**

人生100年時代に向けて、これからの住まいは家のポテンシャルを高めることが大切です。特に断熱性能の向上は、快適・健康・省エネに効果を発揮し、年を重ねるごとに大きな価値となります。室内の快適な温度を保つためには、部分的な断熱では十分ではなく、家一棟まるごとの断熱対策が重要となるのです。

断熱性能が向上されることでメリットたくさん！

- ・ヒートショックの予防
- ・結露やカビ・ダニの心配の減少
- ・健康改善の効果が期待できる
- ・家中、足元まであたたかい

家を断熱するとヒートショックのリスクを軽減できます。ヒートショックで亡くなる方は、交通事故での死亡者数の約6倍！入浴事故の約8割がヒートショックによって発生していると言われています。



ヒートショックとは……  
温度の急激な変化で血圧が大きく変動することなどが原因で起こる健康被害です。

入浴中の死亡事故と交通死亡事故



笑顔と暮らしを守る  
Asmile

屋根・外壁・太陽光・蓄電池専門店

あすまいる通信

No.11

0120-141-289

Asmile(アスマイル)  
石井瓦工業株式会社  
LIXILリフォームショップ石井  
店舗住所:千曲市大字桜堂484-2  
TEL:026-274-5951 FAX:026-274-5952  
営業時間 8:00~17:00  
休業日 日、祝日、その他



お知り合いをご紹介ください！  
多くの皆様に『真の安らぎ空間を提供する』ことが我が社の使命であると考えております。ぜひ、皆様のお力をお借りください。誠心誠意、丁寧に対応させていただきます。

新型コロナ対策推進宣言の店

Asmile アスマイル

LINE Instagram Facebook

YouTube チャンネル 開設!

検索

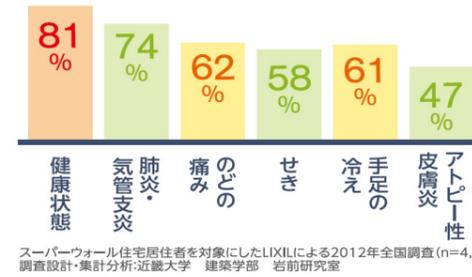
3月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
27	28	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

断熱性能の高い家に住んでから  
身体に変化が！！



〈断熱性の高い家に住んで実感した「健康改善」の効果〉



スーパーウォール住宅居住者を対象にしたLIXILによる2012年全国調査(n=4,343) 調査設計・集計分析:近畿大学 建築学部 岩前研究室

〈リビング・廊下・脱衣所・浴室で起こるヒートショック〉



断熱性能の高い家に住んだ方へのアンケートでは80%以上の方が「健康状態が改善した！」と答えています！

「冷えは万病のもと」と言われるようにカラダを冷やすことはさまざまな病気を引き起こす危険性を高めます。断熱性の高い住まいへのリフォームは、快適だけでなく、家族みんなの健康な暮らしをかなえてくれます。震えながらお風呂に入ることがなくなりました！お部屋の温度差がカラダに負担を与え、家全体の断熱性を高めてお部屋間の温度差を少なくすることで、健康リスクを低減できます。

「住宅の省エネ改修」の助成制度があります！

- 例として
- 【こどもみらい住宅支援事業】子育て世帯や若者夫婦世帯等に補助(2022年新規事業)
  - 【長期優良住宅化リフォーム推進補助金】住宅の改修性能の高さによって補助(2021年制度)
  - 【環境配慮型住宅助成金】県内事業者が施工した50万以上のリフォームに補助(2021年制度)
  - 【次世代省エネ建材実証支援事業】断熱パネルや潜熱蓄熱建材等を使用した改修に補助(2021年制度)
- 補助金最大300万円 ※補助対象経費の3分の1補助

募集期間や条件が異なりますので、詳しい内容についてはお問い合わせください。



石井瓦工業  
Asmileは  
長野県省エネ改修  
サポート事業者です



友だちになろう!  
毎月あすまいる通信を  
ご希望の方にデータで  
お送りいたします!

## 屋根・外壁 勉強会

Asmile店舗にてコロナ対策の上、  
屋根・外壁勉強会を開催いたします。  
3月の開催は、

**2022年3月5日(土)**

**10:00~12:00**

**(定員5名様)**

お申し込みは、ホームページ・LINE公式アカウント・  
お電話で承っております。  
参加された方のお悩みに沿ってお話いたします!

【例えばこんなお悩みありませんか?】

例:屋根からの落雪に困っている。  
:大雪のため樋が変形してしまった。

小人数制なので聞きたいことが聞ける!  
予約制、参加無料!お気軽にご参加ください!

今後の勉強会の日程はホームページやあすまいる通信でお知らせいたします。

問合せ先

**Asmile (アスマイル)**  
石井瓦工業株式会社  
LIXILリフォームショップ石井  
〒387-0012 長野県千曲市桜堂484-2  
Tel:026-274-5951 Fax:026-274-5952  
☎0120-141-289



## かんたんレシピ

教えてくれた人…尾田衣子さん  
料理研究家。料理教室「アシェットド  
キヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほ  
かで料理を学び独立。身近な食材で  
手軽に作れる料理に定評がある。  
<http://ryo-ri.net/>

材料

(6個分)

- ホットケーキミックス…100g、  
はちみつ…大さじ2、牛乳  
…50ml、卵…1個、サラダ油…  
適量
- ゆであずき…100g、クリーム  
チーズ…60g、いちご…3個、  
バナナ…1/2本



## フルーツサンドのミニどら焼き

ホットケーキミックスを使った簡単にできるどら焼きです。季節の  
フルーツなど、お好みでトッピングを楽しんでください♪

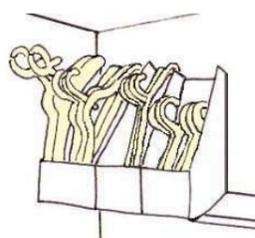
- ①ボウルにホットケーキミックス、はちみつ、牛乳、卵を入れ、よく混ぜ合わせる。
- ②フライパンにサラダ油をうすく引いて熱し、①を直径4~5センチになるように流し入れる。
- ③②を両面焼き、取り出して12枚つくる。
- ④いちごはヘタを取り、バナナは皮をむいて、それぞれ薄切りにする。
- ⑤③の生地にクリームチーズを塗り、ゆであずき、いちごかバナナをのせてもう1枚で挟む。

※クリームチーズは伸ばしやすいよう、常温で柔らかくしておくことをおすすめします。

## 快適Life

意外とかさばるハンガーの収納、どうしてますか? ついつい雑多になりがちなハンガーをすっきりまとめるアイデアを紹介します。

### ■ ファイルケースにまとめる



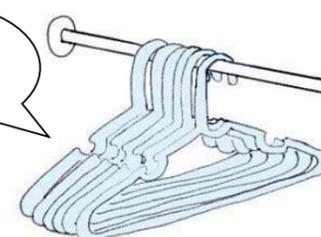
ファイルケースに入れ、形違いの物はそれぞれにまとめるだけでスッキリ見えます♪



ファイルケースの形はいろいろあるので置く場所によって選んでみてください

### ■ 突っ張り棒でまとめる

ハンガーの種類を揃えると見た目もキレイです!



突っ張り棒1本あればできる! 掛けるだけなので手軽ですね♪

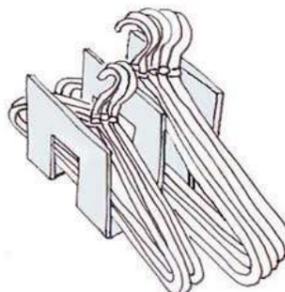
### ■ ワゴンでまとめる

ワゴンに洗濯グッズをひとまとめにし、その一部にまとめて置くだけ。出し入れしやすいです。



### ■ ブックエンドでまとめる

ブックエンド(本立て)にまとめるだけでもスッキリ。省スペースで置けるところも良いですよ。



### ■ 大きめのカゴにざっくりまとめる



超お手軽! ハンガーが半分くらい隠れていれば、雑多な感じも減りますね。

## 簡単クロスワード

○の中に縦横2つの言葉に共通する1文字を入れて、4つ見つけたら、その4つで出来る言葉を答えてください。



夜が明けてきた

ボン○ロツキ  
オ○リ  
ヒナ○ユ  
ワカ○ラレ  
ソメイヨシ○ハナ  
シロザ○イチツ

答えはホームページの  
スタッフブログへ!

