



HONJO

人に優しく、街が明るく、地球が快適

有限会社 本城建設

徳島県吉野川市山川町湯立213-1

TEL 0883-42-2447 FAX 0883-42-3212

ホームページURL <http://www.5b.biglobe.ne.jp/~hon/>

携帯電話 090 - 7143 - 6960

徳島県宅地建物取引業協会会員

免許番号 徳島県知事 3 第2472号

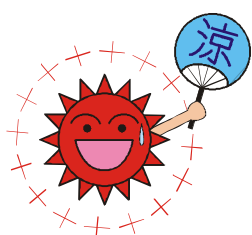


こんにちは、本城です。

湿度の高い日が続きますね、身体の疲れが倍増しそうな今日この頃ですが、皆さんお元気で過ごされていますか？ ジメジメした梅雨が明けたらいいな？と思う反面、今度はジリジリとした猛暑がやってくると思うと気が遠くなりますね (^ ^)

我が家も少しでも節電しようと、こまめに照明器具を消したり、コンセントを抜いたりしますが、暑さ対策（特に、暑がり家族）をどうしようかと考え中です。 ^ ^

夏休み中は特に大変ですが、電力不足と言われているので、節約をかねてやらなければね！お母さん方、賑やかな夏に血がのぼって接触不良をおこさないように気をつけて下さいね ^ ^



### 室温28度でも涼しい家になる！節電リフォーム

同じ28度でも涼しい家と暑い家がある

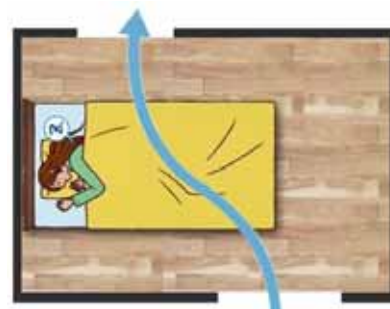


この写真の体感温度はおおよそ34度。室温を下げても、照り返しの熱対策をしないと暑いまま。窓や床、家具、ベランダが照り返しの熱源に・・・。



窓枠やガラス、ベランダの床や手すりの温度を上げないために、外側から日よけテントやオーニングで直射日光を遮るようにすれば、照り返しの熱源が無くなるので、28度でも涼しい家になります。左の写真はどれもリフォームで手軽に後付けできます。

ぐっすり眠れる！涼しい夏の寝室



夜の寝室を涼しくしたいなら、夕方が勝負！！西日をシャットアウトするために、ガラスに遮断フィルムを貼る、窓の外側にすだれやよしず、緑のカーテンを植える昔ながらの打ち水も、意外と効果的！！

また日が落ちたら、風通しが涼しさを感じる重要なポイントとなります。1部屋内で2箇所以上の窓がない場合はドアを開けて、家全体で風の道筋を作りましょう。

風が南から北へ抜けやすいよう、対面した位置に窓を作ると涼しい家に・・・ (^ ^)

試してみてくださいね！

### 夏のさっぱりメニュー

なすの梅しそ和え



- |          |                                    |
|----------|------------------------------------|
| 材料(2人前)  | ・なすは電子レンジ600wで2分30秒加熱し、6等分する。      |
| なす 1本    | ・梅ぼしは種をとって包丁でたたいて細かくし、しそは洗って千切りにする |
| 梅干 1個    | ・ポウルに梅干、みりん、ポン酢                    |
| しそ 2枚    | ・ごまを入れてよく混ぜ、なすとしそも加えて和える。          |
| みりん 小1   | ・冷蔵庫で冷やす。                          |
| ポン酢 小1   |                                    |
| 白炒りごま 適宜 |                                    |

箸休めに、あと1品というときにどうぞ

しあわせは いつも自分の心が決める

相田みつお

### ～不動産情報～



価格 800万円

中古住宅 (平成9年11月新築)  
所在地 吉野川市山川町諏訪393-30

土地面積 166㎡ (50,215坪)  
家屋 居宅 (木造瓦葺二階建て)  
1階 70.32㎡ (21.27坪)  
2階 36.86㎡ (11.15坪)

学校区 山瀬小学校、山川中学校 JR山瀬駅

相談可  
ご興味のある方  
連絡お待ちしております。