



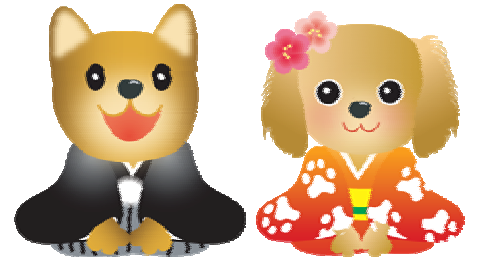
人に優しく 街が明るく 地球が快適

有限会社 本城建設

〒 779-3401 徳島県吉野川市山川町建石111-5
TEL 0883-42-2447 FAX 0883-42-3212
ホームページURL <http://www5b.biglobe.ne.jp/~hon>
資料請求フリーダイヤル 0120-425-552
携帯電話 090-7143-6960



本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。
2006年のスタートです、皆様初詣には行かれましたか？ 宝くじは当たりましたか？（私は残念ながら、子供のおやつ代ぐらいでした...）今年も皆様にとって健康で、よい一年になりますよう心よりお祈り申し上げます。また、私共も今年の干支（犬）のように小回りをきかせ頑張っていきたいと思ひます。お困り事がございましたらいつでもお声かけ下さい。かわら版共々よろしくお願ひ致します。



暗い部屋を明るくする工夫

家の中が暗いほど憂鬱なものはありません。隣家が密接して建っている等の立地条件が原因の暗さも、**視覚による拡がりを実感させる色を使う。外部空間を取り込む。**など、工夫次第で明るくなるものです。

床・壁・天井の色と材質

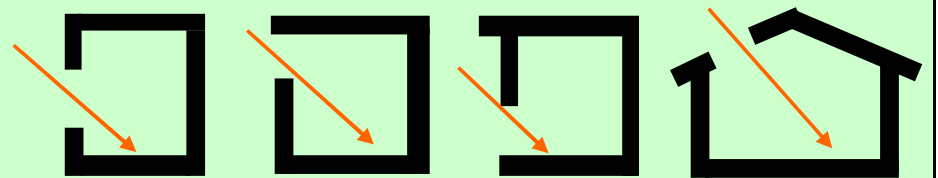
「色」はインテリアコーディネートの中で、お金もかからず自由性の高い優れた素材です。部屋を一番明るく見せる色は、白。白は最も反射率が高く、部屋を広く明るく感じさせますが、実際に部屋中を白にしてしまうと、逆に落ち着きがなくなります。少し色味のあるベージュなどの方が安定感があるものです。また同じ色でも材質によって明るさが違って見えます。ポイントは光沢の有無。例えば床ならば、カーペットよりフローリングの方が光沢があるため、同じ色でも明るく感じられます。

色彩が与える心理的影響

	表現される心理状態	心理に与える影響
赤	意欲的、活動的で心身が動的な状態	活性化、エネルギーの発散を促す
橙	自己アピールの欲求、心理的な興奮状態	気分の高揚を促す
黄	希望、願望などの欲求が外の向かう状態	解放感を与える
緑	生命の再生力を表現している	心と体にリラクゼーションをもたらす
青	自律的で急進的な状態	清浄、沈静など精神集中を促す
紫	気力の低下、あるいは自己回復の願望	自己治癒の安らぎを与える
ピンク	情緒豊か、幸福感や高揚感を表現	幸福や解放の気分、ぬくもり感を与える

窓の高さを工夫する

窓を床からどのくらいの高さに配置するかによって、明るさは変わってきます。一般的に側窓の採光は、窓の位置が高いほど遠くまで光が入ります。また、同じ面積の窓であれば、横長の窓より縦長の窓の方が均一の光が得られます。しかし、高い位置の窓は掃除がしにくいというデメリットもあります。窓ガラスが汚れたままでは、採光できる光の量も変わってしまうので、そのあたりも考慮しましょう。



側窓採光 高窓採光 地窓採光 天窓採光

	側窓採光	高窓採光	地窓採光	天窓採光
明るさ	△	○	×	◎
施工	○	○	○	×
清掃	○	×	○	×
照明分布	△	○	×	○
近隣の影響	×	○	○	○
開放感	○	×	×	△

お買い得情報！！



¥104,475
の半額！

¥128,100
の半額！

A:1面鏡タイプ B:3面鏡タイプ

クリナップ洗面化粧台(間口75cm・奥行56cm・高さ185cm)

限定10台限り！！(色はホワイトのみ)

ただし、関連工事消費税は別途。

お問い合わせは(有)本城建設 TEL0883-42-2447まで

皮膚病と老化を引き起こす乾燥肌

空気の乾燥する冬は、肌の潤いが失われがちです。若い人でも避けられないことですが、中高年になると、もともと皮膚の脂分、水分が少なくなっています。そこに空気の乾燥が加わると、肌はいっそうカサカサしてきます。放っておくと、白い粉を吹いたような状態になり、かゆみを感じる皮脂欠乏症や、それが進行した貨幣状湿疹などになりかねません。エアコン、電気毛布やこたつの使いすぎで、部屋を乾燥させないように気配りを。ガスや石油ストーブは水分を放出しますので、それほど神経質になる必要はありません。

乾燥肌を体の内側から防ぐ、ビタミンA

乾燥肌を防ぐには、入浴後保湿材を塗ったり、肌に密着した下着などの対策もありますが、何より体の内側から肌に潤いを与えるビタミンAを含んだ食事を心がけることが大切。バター、うなぎ、豚や牛のレバー、緑黄色野菜の春菊やほうれん草、シソの葉などに多く含まれています。