



## 株式会社フォーセンス

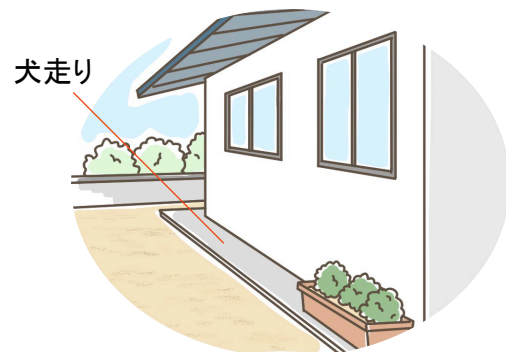
〒330-0854  
埼玉県さいたま市大宮区桜木町1丁目  
398-1 アドグレイス大宮7F

TEL : 048-741-9125  
FAX : 050-3537-6440

## 家づくり用語集

### 犬走り(イヌバシリ)

建物の周囲の石・砂利・コンクリート等を敷き固めた部分のこと。  
雨水の跳ね返りを減らし、建物の汚れを防いだり、基礎部分が濡れるのを防いだりします。



## おうちがしあわせ ～新居に引っ越すときに「買い換えるもの」は？～

マイホームを購入して、いざ新居にお引っ越しとなれば、家具や家電など色々なものを新しくしたくなりますね。でも、マイホーム購入時には色々とお金が必要になり、何もかも新しく…というわけにはなかなかいきません。では、実際にはどれくらいの予算で何を買い替えるべきなのでしょう？

### 3位 ゴミ箱



#### 予算目安

・キッチン用: 3千円～1万円  
・リビング用: 2千円～5千円  
・自動開閉式: 7千円～1万5千円

### 新居引っ越し時に買い替えるべきもののランキング

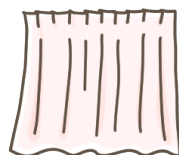
### 1位 マットレス・寝具



#### 予算目安

・シングル: 約3万円～10万円  
・ダブル、クイーン: 約5万円～20万円  
・高級ブランド  
(シモンズ・シーリーなど): 15万円以上

### 2位 カーテン・ブラインド



#### 予算目安(1窓あたり)

・既製品カーテン: 5千円～2万円  
・オーダーカーテン: 1万円～5万円

### 4位 ラグ・カーペット



#### 予算目安

・1帖サイズ: 3千円～1万円  
・3帖サイズ: 1万円～3万円  
・高級ラグ: 5万円以上

### 5位 ソファ



#### 予算目安

・2人掛け: 約3万円～10万円  
・3人掛け: 約5万円～20万円  
・高級ブランド: 約20万円以上



# 住まいる通信

7  
月号



発行日2025年7月1日

食の旬暦	1
家づくりのワンポイント	
アドバイス	2
暮らしのマナー	2
家を建てよう	3
住まいのヒント	3
家づくり用語集	4
おうちがしあわせ	4

イラスト: ばるばる

## 食の旬暦

### 7月 ブルーベリー



ブルーベリーが最もおいしくいただける時期、それが夏。梅雨が明けてそろそろ暑くなってきた時期、7月から8月の真夏にかけて、ブルーベリーは、そのおいしさを際立てます。

ブルーベリーには、ポリフェノールの仲間でビタミンCの約5倍もの抗酸化作用があるとも言われているアントシアニンが豊富で、目にいいと言われています。第二次世界大戦中、イギリス空軍のパイロットが、パンにたっぷりブルーベリージャムを付けて食べていたところ、夜間の空中戦でも敵がよく見えるようになったそうです。この報告によって、ブルーベリーの目への効果が検討され、研究の結果、ブルーベリーに含まれるアントシアニンが目に良い効果をもたらすことが確認されました。

また、ブルーベリーはフルーツの中でも食物繊維が多く、カロリーも100gあたりわずか約50キロカロリーと、とてもヘルシーです。

### ブルーベリーヨーグルトドリンク

◆材料(2人分)  
ブルーベリー100～150g  
砂糖 適量  
プレーンヨーグルト150g  
牛乳150cc

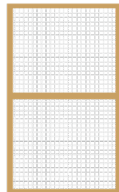
◆作り方…全ての材料をミキサーにかけて出来上がり。

ブルーベリーは、冷凍のものを使うとフローズンドリンクのようになり、暑い夏の朝にもおすすめです！

## 網戸

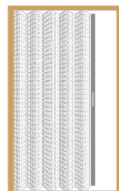
「網戸」は、開き方によっていくつかタイプに分かれます。

最も一般的な「パネル網戸」、左右に開く「アコーディオン網戸」、上に巻き上げる「ロールアップ網戸」、引き戸タイプの「横引きロール網戸」などがあります。



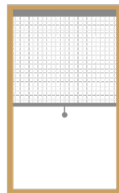
### ■パネル網戸

最も一般的な網戸。バリエーションも豊富で、張替えもしやすいなどメンテナンス性が高いのが特徴。



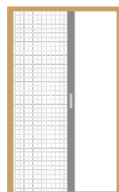
### ■アコーディオン網戸

プリーツ状のネットを横にスライドさせる網戸。使わない時はスッキリと収納出来て窓の景観を損ないません。



### ■ロールアップ網戸

ネットをロールスクリーンのように上部に巻き上げる網戸。上部に収納されるので視界を遮らずスッキリして見えます。



### ■横引きロール網戸

引き戸の様に横に引く網戸。ネットに折れ目がないのでお掃除もしやすく、視界もスッキリ。

網戸の主な目的は虫の侵入を防ぐことですが、近年では、虫だけでなく、花粉やホコリの侵入まで防ぐことができるフィルターとしての機能を持つ「フィルター網戸」が注目されています。フィルター網戸は、通気を行う機能はそのままに、ミクロに織り込んだフィルターが花粉・ホコリ、紫外線を約80%カットします。また、目が細かい為、多少の雨も防ぐことができます。

### フィルター網戸のメリット・デメリットは？

メリット → 花粉やホコリ、雨や紫外線もカット。  
デメリット → 価格が高額。

フィルム状の網が薄い為、従来の網戸への張替が難しい。

また、室内でペットを飼育している家庭向けの強度を高めたタイプの網戸もあります。今後も様々な機能を持った網戸が登場しそうですね。

網戸を選ぶポイントは、部屋やベランダ、窓の使い方に応じて網戸の開き方を選ぶのがポイントです。高い付加機能がついた網戸も多く出ていますが、それぞれメリット、デメリットがあるので、しっかり把握して選びましょう。

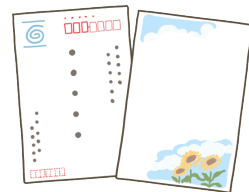


## 暮らしのマナー ～暑中見舞いを出してみませんか～

### 「暑中見舞い」とは？(起源・由来について)

「暑中見舞い」は、猛暑期に普段なかなか会えない方やお世話になった方の健康を気遣い壮健に過ごして欲しいとの願いを届ける夏のあいさつ状です。

近況報告などをかわす意味合いもあります。この習慣は、江戸時代に生まれたといわれています。



その由来は、お盆に里帰りする際、直接、品を持参して祖先の霊に捧げていたことによります。江戸時代になると、お世話になっている人全般への贈答の習慣になっていきました。遠方で訪問できないお宅には、飛脚便を使って贈り物や書状を届けていました。

それが、明治6年の郵便制度の発達とともに、この贈答の習慣が簡素化されあいさつ状を送る習慣になっていき、大正時代に現在の「暑中見舞い」という形が定着しました。

短い便りですが、暑さの厳しい季節に相手の健康を気遣い、こちらの無事や近況を伝える言葉が、メールにはない温もりで互いの心が通い合うものです。夏休みの旅先から、その感想を添えるのもよいですね。

あなたの思いやりの心を言葉に込めて、暑中(残暑)見舞い用の官製はがきや夏らしい絵はがきで届けると、もらってうれしい夏の便りになるでしょう。



## 家を建てよう

vol.19 換気1

近年の機密性の高い住宅には大切なシステムです

健康的な生活のために空気は重要な要素！

シックハウス

24時間換気

バッチリだったわ

そう言えば、うちのおばあちゃん家は窓が閉まってるのよ！

それは電気代がかかりませんか？

昭和の旦那あ

### 換気設備の種類

換気システムは3種類

#### 第一種換気(給排気型)

給排気共に換気ファンを用いる

- ・吸排気を機械によって行うので空気の流れを制御しやすい
- ・設置コスト、ランニングコストがかかる

#### 第二種換気(給気型)

給気は換気ファンで、排気は排気口を用いる

- ・外部からの汚染物質の侵入を防ぐ
- ・食品工場やクリーンルームなどで使用

#### 第三種換気(排気型)

給気は換気口を用い、排気は換気ファンで強制的に

- ・第一種換気よりコストがかからない
- ・自然給気なので完全制御は難しい

2003年7月以降の建物には24時間換気システムが義務づけられています

それって換気扇のこと？

キッチンやトイレの換気扇は目的で換気が目的で換気システムは部屋全体の空気を入れ替え、循環するのが目的です

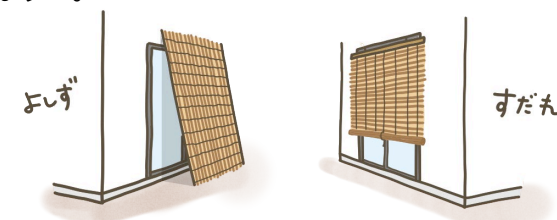
## 住まいのヒント ～すだれ・よしずで夏を涼しく～

### 涼を呼ぶ「すだれ」「よしず」

これからの暑い季節、エアコンにばかり頼らないで夏の強い日差しを調整して、少しでも涼しく快適に過ごしたいですね。

「すだれ」や「よしず」は、日差しを避けつつ風を通すことができる、日本古来のとても便利な道具。最近のエコブームで、その効果が見直されてきているそうです。

夏に外から入ってくる熱の大半は窓からの熱です。これからの季節は日中の日差しも西日も強くなりますので、その熱をカットするだけで涼しさが違い、冷房効率も高まりますよ。日除けする方法には、カーテン、ブラインドなどがありますが、「すだれ」や「よしず」を利用した場合は、どのようなメリットがあるのでしょうか。



### 高い日よけ効果！

カーテンと違い、「すだれ」や「よしず」は窓の外側に設置するので、余計な熱が室内に入りません。さらに、玄関先やベランダに立てかけた「すだれ」や「よしず」に水をかけると、室内に入ってくる風が2度前後下がるといわれています。遮光のカーテンやブラインドより涼を感じることができますね。

### 風通し抜群！

「すだれ」や「よしず」は、窓などの開口部に密着しないので、換気を妨げることなく風通しは抜群です。

### 目隠し効果も

「すだれ」や「よしず」は、目隠し効果が高く、中から外はよく見えるのに、外から中はほとんど見えません。(ただし、夜間の点灯した室内は見えてしまいますのでご注意を)

見た目にも涼しげな「すだれ」や「よしず」。高温多湿な日本の気候にマッチた、風情も大切にする先達の知恵ですね。