メイクホーム 住まいのかわら版

第102号
平成２３年２月号

記念日カレンダー

2月20日は「アレルギーの日」

1966(昭和41)年のこの日、免疫学者の石坂夫妻が、ブタクサによる花粉症の研究からアレルギーを起こす原因となる免疫グロブリンE抗体を発見したことを発表したことに因み、日本アレルギー協会が1995(平成7)年に制定。

アレルギーとは、ある特定の物質などを抗原として起こる抗原抗体反応のことを指します。またアレルギーの原因は、食物系、金属系、動物系と実に多様です。が、対策法や対処法には共通点があります。

１）アレルゲンに触れる機会を減らすこと
２）アレルゲンの影響を受けにくい体をつくること

が、どのアレルギーに対しても対策・対処法になるそうです。

まずはアレルギー対処法への第１歩として生活環境や生活習慣でアレルギーを撃退する体をつくることや、ストレスをためないようにすることからはじめましょう。

雪害だけではない！

こんにちは。皆さんお元気ですか？
全国的に「寒いですね～」が挨拶になるような天気続き、最近南方面へ多く出掛けさせていただきますが行く先々でも寒く名古屋でも雪が降っていて青森よりも寒く感じられました。
予算が少ないせいか路肩に雪の山が出来たり、道幅が狭く一車線になったり。また、除雪、除雪と足腰が痛い方も多いことでしょう。
と言ってる私も、除雪の日々でひざを痛めてしまいました。皆様もお気をつけください。
大変なのは、雪だけではなく九州では噴火があったりと日々の暮らしに直面することばかり！
自然の力の脅威を感じますね。

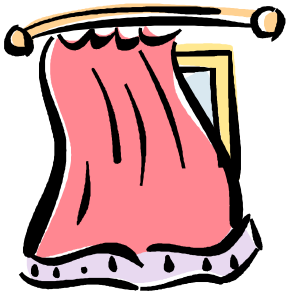
そして、住宅ローンについてもいろいろと気になることが・・・
年末より少し金利が上がってきています。
そして、フラット 35 の審査も厳しくなってきています。９～１０月と金利が大変低くﾌﾗｯﾄ35S の利用希望者が集中したこと。またﾌﾗｯﾄは、住宅支援がベースにある国の予算からなっていますので年度内の予算目標がクリアされているからでは・・・　とまた、過去の融資の焦げ付き事例もでてくているようで審査が厳しくみられています。
これに伴い銀行も長期・短期共金利上昇、審査も厳しく判断されているようで住宅ローンを組むタイミングや選択が難しくなりますね。
住宅ローンのご相談電話も増えています、是非、見学会、会社での『資金相談』でお気軽にご相談下さい。

原子

ECOな暮らし ～捨てるのはもったいない、おもしろ再利用

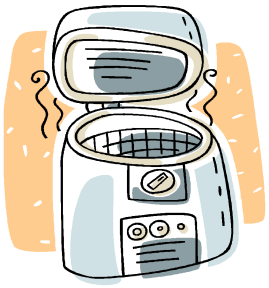
今回は、ちょっと変わったものを取り上げてみました。皆様の家庭ではどのように再利用していますか。

遮光カーテンの再利用



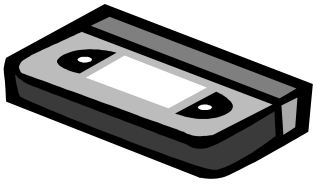
裏側のツルツルした面は防水効果があるので、おねしょ対策や介護用シーツとして活躍！またピアノやパソコン・プリンターなどのカバーに！

壊れた電気炊飯器の再利用



電気釜の中のお釜は捨てないでお米とぎや鍋代わりに！揚げ物や炒め煮に重宝。特に煮物は短時間でふっくら。こげつきもきれいに取れてラクラク家事！

古くなったビデオテープの再利用



テープだけを取り出し・・・編みこんでタワシとして野菜の泥取りなどに！また二重にして新聞紙や古紙などを結ぶビニールひも代わりに！

ケーキのろうそく

あき缶に砂を入れてロウソクを数本立て、お風呂のあかりに・・・更にローズ系の入浴剤でリラックス・バスタイム！

ともに子育て 『 子供の感情を受けとめてあげましょう 』

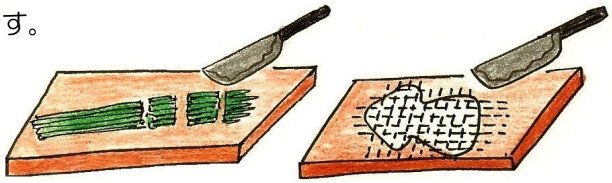
人は、感情表現を通して相手と交流するようにできています。赤ちゃんでも嫌悪や興味、満足などの感情が表れ、３ヶ月頃には、喜び、悲しみ、驚き、安心が、さらに６ヶ月頃には怒りや恐れの感情も出てくるようになります。これらの感情は、親が子供と一緒に喜んだり、泣いたり、時には子供の怒りをなだめてくれたりする日々のくり返しの中で、子供の心に自然と芽生え形成されていきます。しかし相手との感情のやりとりを練習しなければ、そのコントロールも上手にはなりません。親は子供にとってその練習相手でもあるのです。

感情は外に吐き出されなければならないものです。外に吐き出されれば、気持ちは落ち着きます。子供が喜んだり、怒ったり、泣いたり、嫉妬したりすることをしっかりと受けとめてあげましょう。

メイクのお料理術　ママ必見！　超簡単！我が家の定番・・・チヂミ風

我が家の定番レシピのご紹介です。

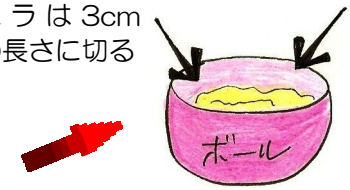
材料



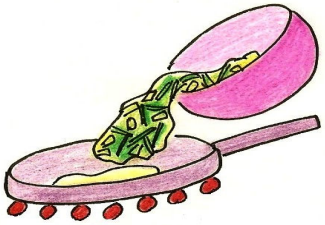
ニラは3cmの長さに切る

イカは食べやすい大きさに切る

若干ゆるめの天ぷら衣を作る



ニラとイカをざっくり混ぜ合わせる



熱したフライパンにサラダ油を多めにひき、ボールの中身を流し込んでから、あまり厚くならないように平らにのばす。ガスの火を弱火にして焦げ目がつくまでじっくり焼く。裏側に焦げ目がついてきたら、ひっくり返してさらに焦げ目がつくまでじっくり焼く。

仕上げは、キムチの素！
チヂミの表・裏に満べんなくかけていただくとおいし～♪

メイク君　お役立ちノート

シャワーでツボ刺激

シャワーなら一度に幅広く刺激することができるので「このあたり…」というおおまかな位置を知っていれば十分。自宅で簡単、手軽に極楽気分があなたのものに～。

- **不眠**　耳の後ろあたり（安眠点）に温水シャワーをあてましょう。緊張感がほぐれ、自律神経のバランスよくなります。
- **頭痛**　首から肩のラインを中心に温水シャワーをあてましょう。血行を促し頭痛の素となるこりをほぐします。
- **慢性的な頭痛**　臨泣(薬指と小指の間)という足指の付け根から足首にむかって指をすべらせるとわかる第４指と第５指の骨の合わさる部分に温水シャワーをあてる。
- **偏頭痛**　全頭点という手の甲の親指と人さし指をピンとのばした状態でくっつけた時にできるシワの最も手首寄りの端のツボに温水シャワーをあてる。毎日くり返すことで偏頭痛がおこりにくくなります。
- **足先の冷え**　第二の心臓といわれるほど足先には様々なツボが集中しています。血行の促進も兼ねて足先全体に温水シャワーをあてましょう。

シャワーをあてるとやや熱く感じるくらいの温度で～時間は２．３分を目安に！

メイク情報室　～土地さがしって難しそう？！いったい何からはじめたらいいの～

土地探しは、家づくりにとって、一番大切なことです。しかし、土地探しで失敗する方は、後を絶ちません。それは、その土地にどのような建物が建つのかが不動産屋さんには判らないからです。まして一般の方にはもっと難しいことですね。
２０数年もの間、家づくりに携わってきたメイクホームでは、一級・二級建築士・宅建主任者が分かりやすく土地探しについての疑問などご相談にのっております。もちろん宅建免許もあり土地・建物合わせてのアドバイスもさせていただいています。

お客様の土地を安く買うのを得意としています。

お気軽に下記まで電話・ＦＡＸ・メールでどんどん聞いてくださいね。

Tel（017）739−6400　Fax（017）739−6377
E-mail　info@meiku-home.jp

住宅･店舗総合プランナー

株式会社　メイクホーム
〒030-0852
青森市大野山下177-20
TEL　017(739)6400(代)
FAX　017(739)6377
E-mail　info@meiku-home.jp

最後までお読み頂きありがとうございました。
雪が降るたび駐車場の除雪に奮闘中！車がｹｰｷのように雪にすっぽりとデコレーションされてるようです（笑）皆様風邪などひいていませんか？インフルエンザもまたまた流行しておるようで十分気を付けてくださいね。

また、ご好評いただいております資金セミナー・土地セミナーも会社にて随時開催！我家だけのオンリーワン！へのご協力ができたら嬉しいです。お気軽にお声をかけてくださいね。見学会場でお会いしましょう。お待ちしております。

かわら版出版室

緊急案内

住宅ローンには、保証金というものが必ずかかります。 金融機関により多少金額は変わりますが2000万円の借り入れでだいたい40万～50万程が必要です。
そこで、『この保証金が0円だったら…』　知りたい方は、“あの話教えて～”と見学会で声をかけてくださいね。大切なお話！！です。

締め切りは今年中？家を建てた人だけがもらえる
国からのボーナスとは･･･
その答えは見学会場またはお気軽にお電話ください。