

2019年 8月号

こしる便り

～ 今月の特集～

- ・補助金について
- ・夏風邪
- ・日焼け対策
- ・お掃除のコツ ～ブラインド掃除方法～
- ・今月のイチオシ商品
「Panasonic エコキュート フルオート」
- ・スタッフボイス
- ・食レポIN ～さいき～
- ・施工写真

今月の話題



2019 住宅の新築・リフォーム・増改築・改修時における補助金

2019年（平成31年、令和元年）における住宅の新築・リフォーム・増改築・改修時に利用できる補助金についてご紹介します！！

リフォーム・改修（2019年）

リフォーム・改修時に、一定の要件を満たすことにより補助金が受けられる制度の一覧です。

補助制度（リフォーム・改修）	助成額	適用区分
⇒ 2019省エネ改修補助金（断熱リノベ、次世代建材） ※住宅に高性能な断熱材や窓等を附した断熱改修を行う場合に国の補助金が交付されます。	最大120万円/戸	改修
⇒ 次世代住宅ポイント制度（リフォーム） ※原則、消費税率10%でリフォームする方で、一定要件を満たす場合、様々な商品等と交換できるポイントが発行されます。	最大60万ポイント/戸	改修 中古
⇒ 2019地域型住宅グリーン化事業 ※省エネ性能が一定程度向上する断熱改修に対し補助金が交付されます。	最大50万円/戸	改修 新築
⇒ 2019ネット・ゼロ・エネルギーハウス（ZEH）支援事業 ※使うエネルギーと発電するエネルギーがほぼ同じであるZEH（ゼロ・エネルギー・ハウス）を取得、またはZEHへ改修する場合に補助金が交付されます。	70万円～/戸	改修 新築
⇒ 2019エネファーム設置補助 ※家庭用燃料電池システム「エネファーム」を住宅等に導入する場合に、補助金が交付されます。	最大8万円+a	改修 新築 中古
⇒ 2019長期優良住宅化リフォーム補助金 ※「耐久性があり、地震に強く、省エネ性が高く、維持管理がしやすい」長期優良住宅化リフォームに対し、補助金が交付されます。	最大100～300万円/戸	改修 中古 長
⇒ 市町村住宅関連補助金制度 ※各市町村が実施する補助金制度	各補助制度による	改修 新築 中古

新築（2019年）

新築時に、一定の要件を満たすことにより補助金が受けられる制度の一覧です。

補助制度（新築）	助成額	適用区分
⇒ 次世代住宅ポイント制度（新築住宅） ※原則、消費税率10%で新築住宅を取得する方で、一定の省エネ性または耐震性等を満たすなどの場合、様々な商品等と交換できるポイントが発行されます。	最大35万ポイント/戸	新築 長 低
⇒ すまい給付金 ※消費税増税による住居取得の負担軽減として給付金が支給されます。	最大50万円	新築 中古 長 低
⇒ 2019地域型住宅グリーン化事業 ※長期優良住宅や低炭素住宅といった省エネルギー性能等に優れた木造住宅、主に新築する場合に補助金が交付されます。	最大50～140万円/戸	新築 改修 長 低
⇒ 2019ネット・ゼロ・エネルギーハウス（ZEH）支援事業 ※使うエネルギーと発電するエネルギーがほぼ同じであるZEH（ゼロ・エネルギー・ハウス）を取得、またはZEHへ改修する場合に補助金が交付されます。	70万円～/戸	新築 改修
⇒ 2019エネファーム設置補助 ※家庭用燃料電池システム「エネファーム」を住宅等に導入する場合に、補助金が交付されます。	最大8万円+a	新築 改修
⇒ 市町村住宅関連補助金制度 ※各市町村が実施する補助金制度	各補助制度による	新築 中古 改修

【凡例】 **新築**：住宅の新築で利用が可能 **中古**：中古住宅の購入で利用が可能 **改修**：増改築、修繕、リフォームなどで利用が可能
長：長期優良住宅で利用可能または優遇 **低**：低炭素住宅で利用可能または優遇

★津久見・臼杵市の給付金情報★

	新築建設	
	津久見市	臼杵市
補助/助成金上限金額	(1) 商品券50万円 (2) 100万円	
補助/助成金条件・備考等	(1) 【新築奨励・市内消費喚起事業】市内に新築された方に対し、取得に要する経費のうち、市内で消費された金額の一部を市内で利用可能な商品券で還元。子育て世帯と高齢世帯に加算あり。(2) 【高齢者・子育て世帯・三世同居型リフォーム支援事業】子育て世帯は改修工事費の20%、上限30万円、三世同居型は改修工事費の50%、上限75万円。(3) 【木造住宅耐震対策】補助率2/3、80万円もしくは100万円。(4) 【移住者居住支援事業補助金】事前申請し、中古住宅を改修、転入した方に、対象経費の2/3の補助あり。	なし
	増築・改築・改修	
	津久見市	臼杵市
補助/助成金上限金額	(1) 商品券50万円 (2) 75万円 (3) 100万円 (4) 100万円	(1) 7.5～11万円 (2) 100万円 (3) 75万円
補助/助成金条件・備考等	(1) 【新築奨励・市内消費喚起事業】市内で住宅を取得し、市内業者で改修した費用の一部を商品券で還元。子育て世帯と高齢世帯に加算あり。(2) 【高齢者・子育て世帯・三世同居型リフォーム支援事業】子育て世帯は改修工事費の20%、上限30万円、三世同居型は改修工事費の50%、上限75万円。(3) 【木造住宅耐震対策】補助率2/3、80万円もしくは100万円。(4) 【移住者居住支援事業補助金】事前申請し、中古住宅を改修、転入した方に、対象経費の2/3の補助あり。	(1) 【臼杵市住宅耐震化総合支援事業】1981年5月31日以前着工木造戸建て住宅に耐震補修費の10/10助成。(2) 耐震診断の結果、上部階活荷重1.0未満の住宅は改修工事費2/3以内、上限80万円。その他要件該当の場合上限100万円。(3) 【臼杵市子育て高齢者世帯リフォーム支援事業】子育て支援型・高齢者バリアフリー型・三世同居支援型は、それぞれ対象世帯に各種助成あり。他要件あり。

STAFF VOICE

みなさんこんにちは、A. Iです★

今年はエルニーニョ現象が発生したためか、7月中旬まで昨年よりも涼しく過ごせました。

このエルニーニョ現象はもう終息していると気象庁が発表していました。

これからは平年並みの暑さになるそうなので、熱中症対策や脱水症状には気をつけてお過ごしください。

さて私は以前、東京へ行った時にラテアートで有名なお店『リシュー(Reissue)』さんへ行ってきました♥

私が行った時にはもう既に満席で、予約をしてから少し近くをぶらぶらしました(笑)

2,3時間程待ってやっとお店の中へ入れました。中には海外の方も多くいらしていました!!

ラテアートのオーダーができ、アートしてもらいたい画像をお店の方に見せるだけで自分の好きなものにアートしてくれます!(2Dと3Dのどちらかに選ぶこともできます。)

友人と一緒に2Dはお任せで、3Dは自分の好きなキャラクターでオーダーをしました。

どれも可愛くて飲むのが勿体無いくらいでした(´;ω;`)

11時~15時はランチタイムでご飯ものも食べられるので、今度行く時はランチタイムの時に行ってみたいと思います♪

みなさんも、東京へ旅行などで行った際にお時間が
ありましたら是非行ってみてください(o^v^o)



☆アクセス☆

〒150-0001

東京都渋谷区神宮前3丁目25-7 丹治ビル2F

健康生活

風邪は寒くて乾燥しやすい冬にかかるものと考えがちではないですか?夏になるとなんとなく**身体がだるく、お腹の調子も悪い**。このような症状、実は夏バテではなく夏風邪かもしれません。多くの方が夏に引く風邪だから夏風邪と呼ばれていると思いがちですが、実は冬に引く風邪とは大きな違いがあるのです。その違いこそ**夏風邪が長引きやすく治りにくい**と言われている原因なのです。

1 意外と知らない夏風邪の特徴

夏風邪は治りづらく冬に引く風邪と違った特徴をもっています。その中でも右記の症状が多く、冬の風邪とは症状が異なるため、風邪に気づかない方も多いでしょう。

注意!

夏風邪は高熱がでることもありますが比較的症状がゆるいことが多く、放っておくと重症化してしまうこともあります。症状がゆるいからといって、夏風邪を軽視してしまうことはとても危険なのです。



2 しつこい夏風邪の原因はウイルスだった!!

風邪を引く原因の8割は「ウイルス感染」であることはご存知でしょうか。風邪のウイルスは200種類以上あると一般的に言われています。ウイルスの多くは寒くて乾燥した空気を好みますが、夏のジメジメした高温多湿の環境を好むウイルスも存在します。夏風邪の原因となるウイルスは、冬の風邪と違い夏場の環境で活性化し、ヒトに感染します。ここでは、夏風邪を引き起こす代表的なウイルスとその症状をご紹介します。

アデノウイルス (プール熱)

屋外プールなどで広く感染するケースが多いことから俗に**プール熱**(嘔頭結膜熱)と呼ばれる症状を引き起こす原因のウイルスです。主な症状としては**発熱や喉の痛み、頭痛や食欲不振**などがみられます。子どもが発症しやすいイメージですが大人が夏風邪をひくケースでは一番の原因であると言われています。咳などが出なくても鼻づまりや発熱の症状がみられる場合はアデノウイルスでの夏風邪を疑っても良いでしょう。

エンテロウイルス

夏風邪はお腹にくるといわれているのは、このエンテロウイルスが腸で**急速に増加**するためです。下痢を引き起こすと脱水症状にもなりやすいため、汗をかきやすい夏場は特に水分補給をこまめに行いましょう。エンテロウイルスが原因で**ヘルパンギーナ**を引き起こす可能性があります。ヘルパンギーナは、手足口病の原因となるウイルスで**発熱、口内炎、水泡、食欲不振**など**身体全体に症状を伴うのが特徴**です。

3 免疫カアップで夏風邪を引かない身体づくり

1. 免疫力を高めるために欠かせないのは、身体をつくる上で最も大切な毎日の食事です。様々な栄養素をバランスよく摂取することが**重要**。
2. **体温が1度下がると免疫力は30%低下**と言われています。適度な運動を行い、筋肉を鍛えることで体温が上昇し免疫力を高めることができます。
3. 自律神経が弱まると免疫力も同時に衰えてしまいます。自律神経を整えるには**質の良い睡眠**をとることが重要です。パソコンやスマートフォンの光は質の良い睡眠の妨げとなります。お風呂に入り身体を温めた後はゆっくりとした時間を過ごすよう心がげましょう。

食レポ IN さいき

★第5弾は佐伯市のカフェをご紹介します★ 「Cafe Rin」

みなさんこんにちは、Iです😊
今回は佐伯市にあるカフェ『Cafe Rin』をご紹介します！！

こちらのお店は6月にオープンしたばかりのお店で、道の駅やよい内にあるカフェになります♡



▲海鮮トマト「ザル」ピザ 1,200円
▲パンケーキ(カスタードベリー) 790円
▲ソング-ジュース 450円

今回は、ピザとパンケーキを注文しました！ピザは海鮮をたっぷり使用しており、トマトソースとバジルとの相性も抜群でとても美味しかったです♪パンケーキは周りがカリカリで中がとろとろの生地の上に、カスタードクリームや生クリームとベリーがたくさんあって甘みと酸味のバランスが良くとても美味しかったです♡



お店の雰囲気も良く、ゆっくりとした時間を過ごすことが出来ました！お店の方も、笑顔が素敵で気さくな方ばかりでした☆メニューもどんどん追加予定と書かれていたので、みなさんも佐伯へお出かけになった際は、是非行ってみてください(^_^)♡

【アクセス】

〒876-0112 佐伯市弥生大字上小倉898-1 道の駅やよい内
TEL 0972-46-0793
営業時間 11:00~21:30 (Lo.21:00)
定休日 火曜日

知って得する！?〇〇のお役立ち情報

今回の〇〇は
「日焼け対策」



紫外線はお肌の大敵

太陽光線は光線の長さによって、長いものから「赤外線」、「可視光線」、「紫外線(UV)」の3つに分かれます。肌に働きかけるのは、赤外線と紫外線で、赤外線は熱作用で体を温め、毛細血管を広げて新陳代謝を盛んにする働きがあります。紫外線は、さらに波長の長いものから順に「UV-A(色素沈着)」「UV-B(赤斑作用)」「UV-C(殺菌作用)」の3つに分けられます。UV-Cは波長が短いため、オゾン層などで吸収され、地表には届きません。今まで、人体に影響を与える紫外線はUV-AとUV-Bの2種類とされてきました。しかしここ数年、フロンガスの増加によってオゾン層が破壊されてUV-Cが地上へ達する事が懸念されています。

UV-B
皮膚に炎症を起こす有害な紫外線

紫外線です危険といわれているのが「UV-B」です。肌にあたると、「サンバーン(皮膚が赤く炎症を起こす日焼け現象)」を起こします。サンバーンは、やけどの一種です。ひどい場合は、痛みや発熱、水ぶくれも起こります。皮膚がんの原因にもなります。

UV-A
タルミ、シワの原因となる紫外線

かつてUV-Aは「身体に優しい紫外線」と認識されてきましたが、ここ十年ほどで「UV-Aはたるみ・シワのもと」ということが明らかになりました。波長の長いUV-Aは、真皮の奥深くまで達します。真皮にはコラーゲンとエラスチンという繊維状のタンパク質が網目状にはりめぐらされています。コラーゲンやエラスチンはゴムのような弾力性を持っていますが、UV-Aが真皮に入り込むとその影響を受けて、固く切れやすく変質してしまいます。すると、皮膚がたるみ、深いシワができてやすくなるのです。

UV-C
オゾン層に吸収されるが、とても強力な紫外線

「UV-C」はたいへん強いエネルギーを持っているので、理容室のハサミ・櫛の殺菌機器などに使われます。それだけに、肌にあたれば、人体に強い影響を与えます。

日焼け止めの選び方

ご存知の方も多いと思いますが、日焼け止めの効果の指標としてSPF値とPA値があります。市販されている日焼け止めはいろいろあるので、TPOに合わせた使用を心がけましょう。

SPF値 主にシミや皮膚がんの原因となるUVB防止効果を表した数値です。仮に素肌が赤くなるのに20分とするとSPF10の日焼け止めを塗った場合、赤くなるのに20分×10=200分の時間がかかるということになります。効果は数字が大きいほど高くなります。

PA値 UVA防止効果を表した数値です。肌老化的原因ともいわれるUVAによる黒化(サンタン)をどの程度の時間、遅らせる事ができるかを表しています。素肌に比べ「PA+」…2倍~4倍、「PA++」…4倍~8倍、「PA+++」…8倍以上遅らせることができます。効果は「+」で表示され、+が多いほど高くなります。

<選ぶポイント>

- SPFだけではなく、PA表示もあるものを選びましょう
- 用途に合わせて、使い分けましょう

外出の目的	SPF	PA
買い物・散歩	10前後	+
草刈り・スポーツ観戦	20前後	++
海水浴・登山	30以上	+++

皮膚のダメージを回復する食べ物

ビタミンC…紫外線によって皮膚に発生する活性酸素を抑え、コラーゲン合成の促進作用もある。

ブロccoli、芽キャベツ、赤ピーマン、カリフラワー、イチゴなど

亜鉛…細胞の再生に必要な栄養素で、不足すると紫外線に対する皮膚の抵抗力が低下する。

かき、豚レバー、牛レバー、牛もも肉、鶏レバー、うなぎ、鶏ささみなど

ビタミンE…活性酸素の影響で細胞膜が不飽和脂肪酸から過酸化脂質に変わるのを防ぐ。

はまち、ひまわり油、うなぎ、アーモンド、かぼちゃなど

セレン…紫外線によって酸化した皮膚の細胞膜の分解を促進する。

いわしの丸干し、しらす干し、小麦胚芽、玄米、ぬか、蕎麦など



工事をさせて頂きました。
ありがとうございます。



第48弾

おそうじのコツ ～ブラインド掃除方法～

《準備するもの》

- ・新聞紙またはビニールシート
- ・掃除機（ハンディタイプがあると便利）
- ・軍手（滑り止めがないもの）又は手袋
- ・住宅用中性洗剤
- ・重曹水（ぬるま湯500mlに対し、重曹大さじ1）
- ・ゴム手袋
- ・霧吹き
- ・雑巾

※ブラインドが取り外せるタイプのものは取り外してお掃除したほうが断然簡単で安全です。ブラインドがどんなタイプなのか一度チェックしておくことをオススメします。

【ブラインドが取り外せないタイプのお掃除方法】

1、ブラインドのホコリを取り除きます

ブラインドの汚れのほとんどがブラインドの静電気でお部屋の空中からブラインドに吸着したホコリです。掃除の前に床に新聞紙やビニールシートを敷いて掃除機などで吸ってください。お掃除後に落ちたホコリをそのまま包んで捨てることで片付けが簡単になります。

2、ブラインドを軍手でキレイにします

拭き掃除には重曹水と軍手または手袋を使います。まず500mlのぬるま湯に大さじ1の重曹を溶かし霧吹きでブラインドに吹き付けます。ゴム手袋をはめて軍手が手袋をバケツなどに作った重曹水に浸し固く絞りにゴム手袋の上にはめます。その後、ブラインドの間に手を入れてスライドする様に拭きます。

3、ブラインドの汚れがひどい時の掃除・・・

タバコのヤニや調理の油汚れまたはカビなど頑固な汚れがブラインドにこびりついている場合は重曹水を吹き付けて30分以上放置してから軍手で拭き掃除をします。住宅用中性洗剤がある場合はそれを薄めた洗剤水を霧吹きで吹き付け、汚れが浮くのを待っても良いです。重曹水が洗剤水で拭き終わったら仕上げに洗剤成分が残らないように固く絞った雑巾でしっかりと仕上げ拭きをしましょう。

【ブラインドが取り外せる場合のお掃除方法】

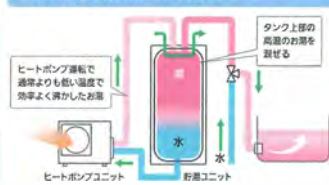
バルコニーや浴室などで全体を水で濡らしてから洗剤を吹き付けてスポンジなどでゴシゴシ洗います。最後にすすぎ洗いの意味で水洗いをしっかり行い、乾いた雑巾などで水気を拭き取って取り付けましょう。

今月のイチオシ商品

08様限定価格でご提供致します!!

※詳細はお問合せ下さい。

お湯はりサポート機能



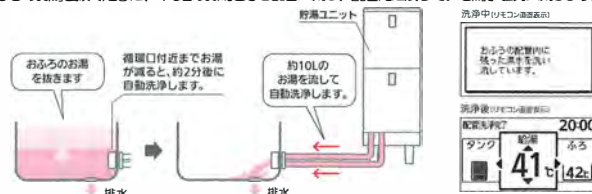
お湯ほり時に自動でかきこく、省エネサポート。ふろ湯ほり時に、タンクのお湯を使うよりも省エネと半断した場合は、ヒートポンプで通常よりも低い温度でお湯を沸かし上げ、自動で貯湯のお湯ほりを行います。

- ・ヒートポンプで沸かしたお湯を、すぐにお湯ほりに使うことで、放熱コストを削減できます。
- ・お湯ほり時に、効率よく沸かしたお湯（通常よりも低い温度で沸かしたお湯）を使うことで、深夜の沸かし上げ量を減します。

※温度はイメージです。

ふろ配管内を清潔に自動洗浄します

お風呂のお湯を抜くたびに、1.0Lのお湯をふろ配管に流し、配管内に残っている湯水を洗い流します。



※ふろ自動で湯ほりした後の排水した場合は

停電時にもお湯ができます

シャワーや蛇口からお湯が使えます。

湯量調節が出来ない、高温のお湯が出る場合があります。必ず湯量を確かめながらお使いください。水量の多い冬場などは、湯温が低くなる場合があります。また、タンクのお湯が無くなるまで水しか出ません。集合住宅等ポンプで給水をしている場合は、お湯ができません。

断水時には非常用水になります

非常用取水栓（緊急時専用）タンク内の水を生活用水として使えます。

〔取り出せる非常用水の量〕

2〜3日分の生活用水を

常時確保! (4人家族を想定)

貯湯ユニット 370Lme

ポリタンク 約18個分

※20Lのポリタンクを使用した場合



取り出し手順を貯湯ユニットに記載

ホースが無い場合には、各種バケツに取り出せる

※お湯にお湯にご注意ください。



Panasonic
エコキュート フルオート

発行元 小代築炉工業株式会社

<http://www.koshiro-kenchiku.jp/>

〒879-2458

大分県津久見市入船西町21-1

TEL:0972-82-4155

FAX:0972-82-5280

