

2020年 7月号

こしる便り

～ 今月の特集～

- ・木造住宅耐震診断・耐震改修
- ・幸せホルモンを増やそう
- ・かんたんレシピ「ピリ辛チキンバー」
- ・施工写真
- ・今月のイチオシ「腰下壁紙張り替え」

## 今月の話題



### 木造住宅耐震診断・耐震改修 承ります！！

国土交通省は2013年時点で85%である耐震化率を、2020年度までに95%に引き上げる目標を掲げており、各自治体にて減税制度や耐震診断/設計/改修工事費用などへの補助制度が設けられています。それを受け各市町村は「木造住宅耐震補強促進事業」を実施しており、昭和56年以前（約40年以上前）に建てられた旧耐震基準の「木造」の住宅について、今後の大型地震に備えるための「耐震診断」及び「耐震補強改修」への補助金を設けています。弊社は「耐震アドバイザー資格」を持つ建築士が在籍しており、随時、耐震診断及び耐震補強改修に対応させていただいております。お住まいに関して気になる点がございましたら、まずは「耐震診断」からお気軽にお問い合わせください！

#### 《耐震診断》

##### ○助成額○

各地域にて異なります。

「津久見市 一律のみ5,500円自己負担」

「臼杵市 診断費用上限30,000円まで市が負担」となっております。

##### ○診断方法○

お住まいにお伺いし、約2時間程度の調査を行います。屋外・屋内だけでなく、可能であれば床下や天井裏にも入ります。診断は非破壊・目視で行います。調査を行う項目は、壁の材質・筋かいの有無・屋根の重さ・劣化状況（基礎のひび割れ・外壁の割れ・雨染み）など多岐に及びます。調査結果を耐震診断ソフトに入力し、耐震診断書を作成、その耐震診断書をもとに、住宅の耐震性をご報告いたします。

#### 《耐震補強改修》

##### ○助成額○

→津久見市：改修費用の内 2/3（上限 80 万円まで）

→臼杵市：改修費用の内 1/2（上限 60 万円まで）

→佐伯市：改修費用の内 2/3（上限 80 万円まで）

##### ○内容○

耐震診断結果に基づいた補強設計を行い、耐震性を高めるリフォーム工事を行う事であり、具体的には、現在の壁を耐震性の高い壁にする壁補強や、ひび割れた基礎の補修、屋根の軽量化といった工事のことです。工事は大がかりなものばかりでなく、一部屋ごとに補強するなど、仮住まいや引っ越しを伴わない工事も多く行われます。耐震補強は、これからのライフスタイルや予算を考慮して、今後の住まい方に合わせた補強設計をすることが最も重要です。基本的な補強方法が以下となります。

#### 01 壁の補強

補強のない壁を一旦取り壊し、耐震性の高い壁を設置する工事。屋内からも施工可能であり、耐震診断の結果から補強の必要な箇所を割り出して、家全体の強度バランスを考慮しながら、的確な位置に的確な強度の壁を補強します。強度のある壁にする為に「筋交い」や「耐震ボード」を追加します。

#### 02 基礎の補強、補修

基礎のコンクリートにひび割れ等が見られる箇所があれば、「エポキシ樹脂（腐食に強く、高い接着性を持つ）」を注入し塞ぎます。また基礎の中に鉄筋が入っていない「無筋基礎」には、その外側に鉄筋の入った基礎を抱き合わせ、一体化させる事で補強します。

#### 03 土台、柱下等の補修

木造住宅の場合、構造木材が腐ってしまうと本来の強度が発揮できず、耐震性低下の原因となります。土台や柱が長年の劣化で腐朽または蟻害を受けている場合は、土台の取替える木材には防腐・防蟻処理を行います。

#### 04 屋根の軽量化

重量のある日本瓦を使用している家屋は、その重い屋根を支える為に、高い耐震性が必要とされます。基礎、壁等の構造補強を最小限に留める為に、軽量の屋根材に取替える事も耐震性を向上させます。

## 健康生活

### ～幸せホルモンを増やそう～

幸せホルモンとは、心と体が安らぐ作用を持つホルモンのことを言います。脳から分泌されると情緒が安定して幸福感を得られるから『幸せホルモン』と呼ばれるようになったそうです。

例えば家族と過ごしているとき、友達と遊んでいるときなど、なんだか言葉に表せないぐらいの「安心感」を感じたことはないでしょうか？不思議と心が落ち着いて幸せだと感じる事が多いと思います。その理由は幸せホルモンが脳から分泌されているからなんです！

#### ★幸せホルモンは3種類★

##### ●オキシトシン

愛情に深く関係する行動をしたときに分泌される愛情ホルモン

##### ●セロトニン

精神を安定させるうえで最も重要なホルモン

##### ●ドーパミン

楽しいことや嬉しいことがあったとき、目標を達成したときなどに分泌されるホルモン

#### ★幸せホルモンを増やす方法★

- ・ペットと触れ合う
- ・太陽の光を浴びる
- ・ウォーキングなどで一定のリズム運動をする
- ・食事をよく噛んで食べる
- ・自分にご褒美を送る
- ・子供と手を繋ぐ
- ・家族と旅行に行く
- ・趣味や特技に熱中する
- ・マッサージに行く

他にもたくさんあるようですが、暗い気持ちになったときに意識的にやってみることをおすすめします☆ぜひ試してみてください♪





# だれでも「ピリ辛キンバー」のレシピをご紹介

カンタン

暑い夏、ビールのおつまみに合うレシピを紹介します♪



## 【材料（5人分）】

- ・手羽中 250グラム
- ・白ゴマ ひとつまみ

## 《ピリ辛のタレ》

- ・醤油 50cc
- ・砂糖 44グラム
- ・みりん 23cc
- ・一味唐辛子 ひとつまみ

## 【ポイント】

タレを焦がさないこと！！

## 【作り方】

1. 手羽中に片栗粉をまぶす
2. 手羽中がカラッとなるまで油で揚げて油を切る
3. ピリ辛のタレを作る  
鍋に醤油、砂糖、みりん、一味唐辛子を入れる
4. 沸々したら手羽中を入れ、焦がさないように時々、鍋を振りながらタレをからめる
5. 最後に白ゴマを振り入れたら出来上がり

## W様邸新築工事

W様邸新築工事の内容を  
今月と来月の2号にわたり、  
紹介していきたいと思ます☆  
今月は外観と部屋全体  
のご紹介です♪



つまづきにくい低段差設計



広々としたポーチでお出迎え



大開口窓で北西でも明るいキッチン



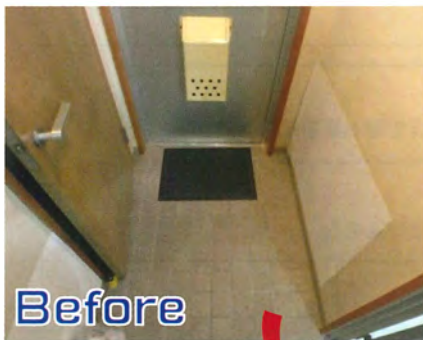
床柱にこだわった落ち着きのある和室

工事をさせて  
いただきました。  
ありがとうございます。



## 今月のイチオシ

腰下壁紙張り替えでお部屋をリフレッシュしませんか？



Before



After

経年劣化やひっかき傷等による、クロスの剥がれや汚れた腰下部分の壁紙を張り替えるだけで、お部屋が新しい雰囲気生まれ変わります！

今回施工させていただいた御宅では、腰部の見切りと巾木を木製に変更することで既存の和紙柄クロスにとってもマッチした和風空間へと変わりました。クロスのための張替え工事は1日で完了します。

まずはお気軽にお問合せください！！

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

