



9月に入ってもまだまだ暑い日が続いています。「暑さ寒さも彼岸まで」今月の終わりがごろにならないと過ごしやすくないと思います。そのころになると夏ばてが出てきます。今から体調を整えておきましょう。適度な運動と栄養バランスと十分な睡眠がポイントです。またこれからは台風シーズンに入っていきます。昨年は大きな被害が出ました、早めに対策をしておきましょう。

毎年9月1日は「防災の日」です。東日本大震災の被害の爪痕もまだ記憶に新しいですが、お宅では備えは十分ですか？ぜひこの機会に、備えを充実させましょう。

「もしも」に備える、みんなの防災

日本は、世界有数の地震大国。いつ次の大地震が起きてもお不思議ではないと言われています。災害はある日突然やって来るもの。だからこそ、日頃から備えておく必要があります。しかし、「震災に対してどのように備えていますか」というアンケートに、意外にも多かったのが「何も備えていない」という回答でした。大震災から、間もなく1年半が経とうとしています。少しずつ日常生活に戻りつつある今こそ、気を引き締め、家族みんなで防災に取り組むことが大切です。

非常時に役立つ知識や防災バックの用意があれば安心につながります。そして、もしものときには、必ずあなたの助けになってくれるでしょう。

グッとときたらどうする!? 大地震はいつ、どこでやって来るかわかりません。とっさの判断がわが身を救います。

車を運転中 地震に気付いたら、ハザードランプをつけ、前後の車に注意しながら減速。緊急車輛の通行を妨げないよう左車線に寄せたり空き地などに停車します。津波や火災の心配がないなら、車内は比較的 안전한空間。落ち着いてラジオで情報収集を。

下校途中の道端 ブロック塀や電柱、自動販売機などは倒れてくる恐れがあるので、絶対に近寄らないこと。お店の看板、窓ガラスの破片、屋根瓦など、落ちてきそうなものがないかも確認し、しゃがんでカバンなどで頭を守ります。

キッチンで調理中 素早く火を消し、包丁や食器、重い家電が多くて危険なキッチンからなるべく離れ、身の安全を確保しましょう。

高層オフィスビル 揺れがおさまったら、落下物に気をつけながら、階段で下りましょう。エレベーターは、いつ余震が来て止まるかわかりませんもし、エレベーター内で被災した場合は、すべての階のボタンを押し、止まったところで降りて、階段を使って避難します。

お店や地下街 陳列棚、ガラスのショーケースなどから離れて広めの通路に避難し、店員の誘導を待ちましょう。買い物カゴがあればヘルメット代わりに。地下街は耐震性が高めで、地上よりも安全とされます。落下物のない場所で様子を見ましょう。



かんたんレシピ ゴーヤのジャコサラダ



材料

- *ゴーヤ1本(200g)
- *タマネギ1/2個(100g)
- *ミョウガ1本
- *チリメンジャコ(20g)
- *塩小さじ1
- *ごま油大さじ1/2
- *ポン酢しょうゆ大さじ2

(4人分)

- 1.ゴーヤは縦半分に切り、わたと種を除いて薄切りにします。タマネギは縦切りにして薄切りにします。ポウルに合わせ塩をふってざっと混ぜ、5分ほどおきます。
 - 2.ミョウガは小口切りにし、1.とともに冷水にさらして水気をきり、器にもります。
 - 3.フライパンにチリメンジャコとごま油を入れ、カリッとするまでいためます。火を止め、ポン酢しょうゆを加え2.にかけます。調理時間15分
- *くせのある野菜にまけないよう、ドレッシングには香ばしくいためたチリメンジャコを加えました。ゴマ油の香りと酸味もきいて、パンチのあるドレッシングです。ブロッコリーやトマトなどにかけてもよく合います。

ひとくちメモ

チリメンジャコのいためかた
チリメンジャコは焦げやすいので、フライパンにごま油と一緒にしてから火にかけます。油でいためるといより、ゴマ油をからめながらカリッとさせる感じ。全体にバラバラしてきたら、OKです。

新築・リフォームをお考えのご家族の方へ!

消費税のアップが決定しました。2014年の4月から8%さらに10%となります。建築費は消費税の額も大きくなります。アップしてしまう金額を建築の予算の足しにしましょう。新築の準備期間は少なく見ても半年くらい必要となります。リフォームでもある程度の準備期間が必要です。土地も探すとするとさらに長い期間がほしくなってしまいます。もし計画がお有りでしたら、早目の準備をおすすめします。前回の増税の時と同様に半年前までの契約が条件となりそうです

*弊社は不動産部もあり土地のご相談もお受けいたします。

*お見積は無料ですのでお気軽にお声をかけてください。



太陽光発電システム

まず見積りをさせていただきます。

今が設置チャンス! ぜひ当社で

当社の施工例



和風の平屋
3.12k(シャープ)
買電より売電がプラス
毎月約9000円とのことで
設置してよかった(ご主人)
(定年後夫婦2人暮らし)

浜北区I様邸



北区I様邸

既存の洋瓦
4.6k(パナソニック)
設置間もないため
具体的なデータが
ありませんが売電は
相当あるとのこと。



磐田K様邸

洋瓦
4.1k(東芝)
築後1年で設置月プラス約15000円
でモニターを見るのが楽しみなの
とその日の天気がよくわかる(奥様)
(親子4人暮らし)

浜松住宅は、新築・増改築・ちょっとしたリフォームから不動産のご相談まで、みなさまのお手伝いをさせていただきます。何でも気軽にご相談ください。

浜松市北区初生町883-5
浜松住宅株式会社 電話053-436-2031
営業担当 河野 拓造 080-6968-1815