

耐震リフォームのご紹介



今回ご紹介する物件は、耐震リフォームをする住宅です。実は市から出る補助金の申請をしているため、まだ工事には取り掛かっておりません。昭和 54 年築で、現在の耐震基準の 26% しか強度がありませんが、

これを、現在の耐震基準に合わせるために、基礎や筋かいなどを補強しリフォームします。

ちなみに、金沢市からの補助金の額は合計で最大 160 万円(その他の市町村では金額は違います)です。

次回のひばっ子通信で工事完成後の報告をする予定です。

漢方の底力



ガンは不治の病から治せる病気へ。治らない場合でも共生し人生を全うできるほど医療が発展してきました。ガン治療の基本は手術、放射線、抗がん剤ですが、どれも体への負担が大きく、正常な細胞にもダメージを与えることがあります。

そこで注目されているのが漢方です。漢方は西洋医学では対処が難しい原因のはっきりしない食欲不振やだるさなどの症状でも効果を発揮します。

中でもガン治療における漢方の効果は、症状緩和や副作用軽減ですが、全身状態が改善されれば生活の質が高まり、抗がん剤や放射線の治療を計画通りに行うことができますので、延命が期待できます。つまり、患者の心身のバランスを整

えて免疫力をアップさせ、治癒力を引き出す、いわば間接的な治療であるということです。

漢方は四診(望診・聞診・問診・触診)と呼ばれる漢方医学特有の診断法が用いられます。四診で決定した漢方薬を投与し、診察を繰り返しながら症状の改善や有害事象を参考に修正していくと、患者に合った漢方が処方されます。

一方で漢方にも副作用があり、高血圧や発疹、不眠、動機など様々なものが考えられますので、専門医に処方してもらうほうがよいでしょう。

ヤキモチ...



長男恭丞(きょうすけ)も2歳になりました。次男の隼平は4ヶ月を迎えようとしています。二人とも元気に育っています。特に次男のほうは、順調に成長し、お兄ちゃんが生後8カ月目の体重(7kg)よりも、重くなっています。

恭丞も下に弟がいるのが何となくわかっているのでしょうか、特にお母さんにはあまえてばかり。お母さんが隼平を抱っこしていると自分も抱っこをせがみます。そして時には隼平に馬乗りになって、親を困らせることもしばしば...。ヤキモチは当分続きそうです。😏

裏面へつづく



掃除のコツ

大六さん 作:ひげくま



年末になり、大掃除をされるご家庭も多いはず
です。

お手入れの方法もいろいろありますが、ここでい
つかご紹介いたします。

ワックスがけはできれば月に一度はしたいところ
です。床の表面の汚れを軽くとってから、薄くつや出
し程度にかけ後でから拭きを十分にしましょう。

なお数年前からは、ワックスがけ不要のフロアも開
発されています。

カーペットの部分的な汚れは、市販のカーペッ
ト用洗剤か住宅用の洗剤を薄めたぬるま湯を使い、

かたしぼりの雑巾で汚れの外側から内側に向けて目なりにたたくようにして拭きます。

塗り壁は、汚れを落とすことが非常に困難なので、普段から軽くはたきがけをし汚れ
が付かないようにしましょう。砂壁押さえ用スプレーなどが市販されているので、これを
利用するのも一案です。

ビニルクロスは、簡単な汚れは食パンや消しゴムで消せますが、ひどい汚れは住宅
用洗剤を薄めたぬるま湯を含ませた布で拭き、真水でかたし
ぼりをした雑巾で拭き取ることができます。

ビニルクロスが剥がれたときは、下地の汚れを取り除き酢酸ビ
ニル系接着材、または障子のりを水で薄めたもので貼り直す
ことができます。



協力業者さん紹介



今回は木材・建材工事の担当をしてくれているムラモトの石田さんです。

ムラモトさんは、木材だけでなく、自然素材にも力を入れており、羊毛断熱材のウールブ
レスや自然塗料を取り扱っています。建築業界では金沢にいらながらも全国的に有名な
会社です。石田さんは、うちの会社の担当ですが、営業面でも何かとお手伝いをして
もらっており、とても助かっております。

石田より一言

『自然素材をメインに取り扱っております。相互建設さんが流季の会に入っていることもあり、いろいろとお
手伝いさせてもらっています。みなさんも流季の家にぜひ一度遊びに来て下さい!!!』

編集後記

今年もあつたが、大震災があつた大変な1年
でしたが、そんな中でも「絆」もまた生まれ
ました。私自身特にそれを強く感じています。
次号は3月の予定です。皆様良いお年をお迎え
下さい。

東 武志

昭和36年創業 素材厳選の家づくり



株式会社 相互建設

〒921-8056 金沢市押野1-27

TEL 076-241-8668 FAX 076-241-8614

URL www.sougokensetsu.com

e-mail info@sougokensetsu.com