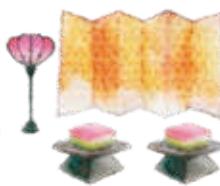


フジアート



Vol. 45

2018.02

私とフジアートの人生いろいろ

新年が明けて早々、ここ湘南地区でも記録的な積雪がありました。

皆様は被害なく無事だったでしょうか。フジアート株式会社 代表の渡邊富士雄です。年に一度くらいの事なので、雪が降ると分かっていて準備万端のつもりでも、いざとなると対応に困ってしまいます。また、依然としてインフルエンザが大流行しています。皆様、体調管理にはお気を付け下さい。



冬山にお出かけになる方もいらっしゃるでしょうか。なだれ（雪崩）とは真冬にだけ起きるものだと思っていませんか？確かに真冬は降り積もったばかりの雪が引き起こす雪崩が頻繁に起ります。しかしそれは「表層（ひょうそう）雪崩」といって、降ったばかりの比較的軽い雪が崩れる現象です。その名のとおり、表面の雪だけが崩れるわけです。しかし3月に入つてから起きる雪崩はそうではない場合が大半です。

3月にもなると、標高の高い山間部でも気温の上がる日が増えています。そうすると当然冷たく降り固まつた雪も溶け始めます。そうなると、表面の雪だけではなく、もっと深い部分から、厚みを持った大量の雪が崩れます。地表付近の雪は、冬の初めからずっとそこに積もつていて上から新たに降り積もつた雪の重みで圧縮され、重く、固くなっているので、表層雪崩よりもパワーがあります。この雪崩のことを「全層（ぜんそう）雪崩」といいます。

3月は平野部でかなり暖かくなることもあります、春の気分で山へハイキングに出かけ、思いがけず山頂付近からの全層雪崩に巻き込まれるということも起こります。また、この時期になると山間部でも雪ではなく雨になることもあります、雨もまた雪を暖めて溶かし、雪崩を引き起こす要因になります。山の中腹では雨が降っていないなくても、平地や中腹よりも気温の低い山頂では雨が降っていることもありますので、この時期の登山には充分な注意が必要になります。

先日の大雪はあっという間に積もりました。大庭営業所から大船営業所にノーマルタイヤで移動したのですが、どんどん雪が降ってくるので危険を感じ、早めに自宅に帰ろうと車を走らせました。大船から藤沢への道は線路を越えなければいけないので非常に坂道が多いのですが、坂の途中で渋滞に巻き込まれ、車を停止した瞬間にタイヤがスリップを始めました。30分位粘ったのですが駄目で、仕方なくUターンをして別の道から帰り、途中のカーショップでチェーンを購入しました。平らな道は大丈夫でも少しの坂道は危険です。自然にはかなわないとつくづく思い知らされた長い一日でした。



代表取締役 渡邊 富士雄

現場の風景

このコーナーでは印象的な現場の風景をご紹介したいと思います



現場監督

岡 俊秀

「寝室ヘッドボードの造作」 1月30日 火曜日 天気 曇り時々晴れ

マンションの8帖洋室の木工事です。ベッドを置く背面に間接照明をつける箱を組み立てます（長さ2,560mm × 高さ1,000mm × 幅100mm）。まずレーザーで墨出し（印つけ）をします。角材をビスで固定したいのですが、背面の壁が石膏ボード（GLボンドのだんご張り）なので、空回りしてビスが効きません。なので開口してから、角材をコンクリートにビス止めします。ボンドを併用するとさらにガッチリ固定されます。床・壁で固定すれば既存の壁と一体化します。壁紙を施工した後、天井にアクリル板を乗せれば完成です。



石膏ボード GL ボンドだんご



ボンドとビスで角材を壁に固定



電気の配線をして下地を組む



下地にベニヤを張り、コンセントボックス用の穴を開ける



照明を収めるスペースが完成



※まだ工事中のため、
← ↓写真は完成イメージです



帰ってきました!..



つぶやき二人三脚



建物診断員

黒島 努

みなさまへ風邪が流行っておりますがお元気ですか？ フジアートのフーです。今回は外壁に時々使われている化粧モール（窓枠の周りの飾り木材）について。外観のアクセントとなり温かみがあってよいのですが、お手入れをキチンとしないと木が腐って雨漏れの原因となってしまうから注意が必要ですぞ～。経年劣化で木部が反り・ヒビ割れできき間ができ、そこから雨水が浸入ってきて雨漏れとなります。日当たりのよい南側と、日の当たりにくい北側とでは劣化の速度も違いますが、今回のお宅は築10年以降で一度もお手入れをしていなかった例です。

補修後は雨水の侵入を防ぐため周囲にシール材（コーキング）を打ちます



外壁と木部の
すき間
→
ズームアップ



つぎ目のシール材も劣化し、
簡単にはがれてしましました



このように外壁に木材を使用しているお宅は通常のお手入れ時期より早め（3～5年目くらい）のメンテナンスが大事です。ほんの少しのすき間も、見逃すと素材そのものがダメになり、雨漏れとなりますので注意が必要です！もし判断に迷う場合は、ぜひ吾輩に聞いて下され♪ b y フ～



Happy-Go-Lucky



リフォームアドバイザー
山中 正臣

キッチンの照明って多くの場合、細長い蛍光灯か LED が真ん中に 1 本あって、キッチンの吊戸棚の下あたりに手元灯がもう 1 本、「とりあえず感」を漂わせながら付いている…という状態が多いのではないでしょうか？

新築のマンションなどでは、ダウンライトがなんとなく 2 ~ 4 つ付いているなんて状態かもしれませんね。

でも、たとえば夜中に目が覚めて、お水を一杯飲もうと思い、キッチンの照明を点けた途端、あの強力に白い光が容赦なく瞳孔の奥を攻撃する…なんて経験はありませんか？これはトイレでも同じですね。

人間の体の DNA は原始時代からほとんど変わっていないため、こういう現象は夜の自然界では雷でも光らない限り起こり得ないことなので、体にとっては苦痛なんですね。

つまり、キッチンに昼光色の照明を付けなければならぬ——という常識は、「根拠のない思い込み」ということなのです。

「じゃあ、どうしましょうか？」となったとき、僕なら、キッチンを「キッチンルーム」として捉え、『調光調色可能なシーリング照明』を一つ取付け、あとは手元灯として「手元近くにセンサー付の昼白色の間接照明を取り付ける」という方法をお勧めします。

作業スペース上部の天井に可動式のスポット照明（調光調色、または昼白色）を付けて手元を照らすという方法のもいいのですが、遠くからわざわざ照らすので仰々しさは否めません。手元に照明の付いたタイプのキッチンもメーカーから販売されていますが、照明が露出しているためにグレア（光源が目に入り眩しくなる現象）を生じやすいのが難点です。

キッチン周りの工事をする機会があれば、写真のような間接照明を仕込むと、作業時にだけ効率よく手元の作業スペースを照らすことができますよ。



温故知新

The knowledge on your side



リフォームアドバイザー
齊家 春美

今年大流行のインフルエンザにかかる事なく、無事に冬が通り過ぎてくれて一安心しています。これから徐々に暖かくなると、リフォーム繁忙期です。1年の中でも一番工事の多い時期の到来です。益々、健康管理をしっかりやらないといけないと思っています。

今回は家の顔でもある玄関について。

昔は玄関ドアを交換する場合なかなか大変な工事で、サイズも木下地で調整して既製品を入れる形でしたが、最近はサイズオーダーで、工事も 1 日で出来るようになりました。

ドアもいろいろなデザインがあるので、迷ってしまう場合には便利なアプリがあります。既存の外観写真を撮り、商品を選んで写真に重ね合わせると、施工した後のイメージがご覧いただけます。外壁や周りとの調和の確認が出来て、とても便利です。こちらのアプリは無料ですので、ご興味のある方はぜひ一度試してみてください。

それもちょっと面倒…というお客様は、お気軽に弊社スタッフまでお声をかけてください。

お客さまの代わりに外観写真を撮って、すぐにプランをお作り致します。実際の商品を入れたイメージは大切ですよね。



LIXIL リシェントの
「かんたん合成アプリ」はこちちら



iPhone/iPad 用



Android 用

←LIXIL リシェントのシミュレーション

一番左が既存の玄関ドア写真です。商品やカラーを選択するだけでいろいろなパターンのシミュレーションができます。

YKK かんたんドアリモはこちちら



←QRコードまたは
URLからアクセス
または「リモナビ」
で検索！

<http://remonavi.ykkap.co.jp/>

日だまり ゆるりらいふ

家事がちょっと楽しくラクになる豆知識など、無理せずできる、
心地よい生活へのヒントを主婦のつぶやきでお伝えします



スタッフ
阿部 桃子

毎日冷えますね…寒い～が口癖になっています★ 我が家ではこの時期湯たんぽが大活躍しています。子供達は寝るまでは「あつたか～い」と喜んでいますが、寝てしまうと暑いのか、たいてい蹴飛ばしてお布団の隅に追いやっているので、私はそれらを回収してお腹と足を温めながら就寝しています。

今回は節分のお豆のリメイクです♪ 節分の後、福豆が余ってしまうことがありますか？そのままポリポリ食べるのも勿論美味しいのですが、ちょっと手を加えて楽しむのもいいと思います。

チョコレートを細かく刻み湯せんします（耐熱容器に入れ電子レンジ加熱で溶かしても〇）。チョコレートが溶けたら節分の豆を入れて混ぜます。クッキングシートの上にスプーンで落として冷蔵庫で冷やし固めます。仕上げにココアパウダーをふったものと、ホワイトチョコのデコペンで斜めかけしたものを作りました。ビスケットを碎いて豆と一緒に混ぜてみましたが、美味しかったです。バットに流し広げて固まったものを包丁で切ってチョコバーの形にしてもいいですね。…これは余りのお豆を利用というよりは、市販の福豆1袋を使って作りました(^_^;) が、家族に好評であつという間に食べてしまいました。

福豆チョコの材料（めやす）
板チョコ・・・2枚
節分 豆・・・50g
(ビスケットなどお好みで)



編集後記

Thank you for reading.



スタッフ
三角 由香

立春を過ぎたのに寒～い日が続きますね。寒さのせいか、腰や肩の痛み、腕が上がらないなどの不調を抱えている方が増えています。日頃ヨガをしている人はみんな柔軟で健康かというと、意外と頑張りすぎてケガをしてしまう方もいます。無理しない、今の自分にあったポーズをとることが大事だけれど難しいところなんですね。

ヨガにも種類がたくさんあります。私が通うヨガクラスの先生は「アシュタンガヨガ」を特に勉強されているので、基本的には運動量が多く、筋肉を強化するタイプのヨガですが、ここ数週間はポーズをじっくりホールドすることが多くなっています。春に向けては「陰ヨガ」という、ひとつのポーズを深い呼吸とともに、3～5分程かけてゆっくりと行うヨガが向いているといわれます。春は芽吹きの季節で、冬の間に蓄えられたエネルギーが外へと向かい始めます。ヒトの身体も同様で、特に全身に気を巡らす働きを行う肝臓・胆嚢経が活発になろうとします。けれど気温や環境の変化の多い春は、肝・胆経の気が滞りやすく、自律神経の乱れや疲れで体調を崩しがち。心身ともに爽やかな春を迎るために、今の季節から気を巡らす経絡の通り道（体側や股関節まわり）を刺激するために陰ヨガが最適、というわけです。普段のヨガ以上に、頑張らず個人個人の骨格や柔軟性に合わせて行えばいいので、身体が硬くて…という方もぜひチャレンジしてみてください！ 就寝前がおススメです。

<スクエアのポーズ>

片方の脚を身体（マット）に対して平行に置く。もう片方の脚を上に重ねる（くるぶしと膝同士が重なるように）。人によっては上の脚の膝が浮いてしまい下の脚に添わなくても、辛くないところで続けます。両方のお尻が浮かないように気をつけながら、できるところまで身体を前に倒し、3～5分。脚を反対に替えて、また3～5分。終わると血流がよくなっていると思います。陰ヨガは瞑想に入りやすいと言われます。私はたいてい眠くなってしまいますが…笑。

