

2016年7月 第129号

わくわく通信

ヴェネツィア風



残念ながらイタリアではありません…
千葉県にあるヴェネツィアです！
行かれたことある方はピンときたかと思いますが、ディズニーシー行ってきました。
正直キャラクターにはあまり興味ないのですが… 空間の演出はさすがですね！

店長 藤本伸浩

ナイスリフォーム(株)堀装



通話料無料

0120-72-4340

奈良県北葛城郡王寺町富田7-10-15

FAX 0745-72-3537

日曜定休 9時～18時まで営業 駐車場あり

～地域密着 一生のお付き合い～



ホームページでわくわく通信バックナンバー、施工事例など掲載中！

<http://www.nice-re-form.co.jp>

ナイスリフォーム 王寺町

検索

【業務内容】 網戸張替から増改築まで！

リフォーム・増改築・キッチン・風呂・トイレ・内装工事・外壁・屋根・オール電化
外構工事・駐車場・エクステリア・タイル・カーテンインテリア・介護保険適応工事



この季節になると嫌なのが虫ですね。網戸をしていてもなぜか家の中に虫が…原因は網戸かもしれません！？

①一目瞭然、網戸ネットの破れている場合。

【改善】自分で貼り替えできない場合、**1枚だけでもお気兼ねなくご相談ください！**

②ぴたっと閉まらない場合。



【原因1】網戸フレームの歪み

大半の網戸はアルミフレームでつくられています。アルミは軽い反面、長年の開閉で歪み易い… もしかしたらフレームが歪んで隙間ができているのかも？

【改善】無理やり歪みを直そうとしてもダメです。**網戸交換**になります。今の窓サイズに合わせて特注となります。



【原因2】網戸コマの劣化

網戸の戸車はプラスチックの場合が多いので、経年劣化で割れていたり、歪んでいたりする可能性があります。

すると網戸自体が傾きサッシ枠との間に隙間ができます。

【改善】調整機能の付いているタイプの場合、調整で直るかもしれませんが、調整できないタイプや完全に割れている場合は、**コマ交換**になります。



③窓サッシ面と網戸の隙間

【原因】モヘアの劣化

網戸についている毛虫みtainなテープをモヘアと言って、隙間を塞ぐために付いています。窓と擦れる物なので長年の開閉で減ったり剥がれたりしているかもしれませんね。

ゴムタイプの物もありますが、大半の網戸は簡単に交換が可能です。



④窓サッシ枠と網戸の隙間

【原因】網戸の歪みかサッシ枠の歪みか？原因は様々ですが、改善策として1番簡単なのは、ホームセンター等で売っている「**隙間テープ**」を貼ることですね。

スポンジに両面テープが付いているのでご自身でも簡単にできると思いますよ。

施工事例 ウレタン吹付断熱工事



「ウレタン吹付断熱」ってご存知ですか？

一般的に壁や天井内部の断熱材は「グラスウール」と言う断熱材が使われていますが、これは年数が経つと断熱効果が激減します… そこで注目されているのがウレタン吹付断熱材なんです。



発砲ウレタン吹付断熱

材料は液状発砲ウレタン。この液を吹き付けると一瞬で膨らんで固まり、発砲スチロールのようになります！ 今までのグラスウールはビニール袋に入った物を並べるだけでしたが、発砲ウレタンは、躯体に隙間なく密着するので、密閉率が高く年数が経っても隙間が出来たりしないので断熱材として優秀なんです！

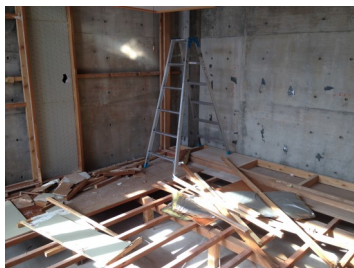
従来のグラスウール断熱材⇒



ウレタン吹付断熱 準備工事① ⇒

断熱を入れ替えるには、下地を解体しないといけません！

今回は、天井壁床、全方向 完全断熱をしたいので、全て解体して骨組みの状態にしました。



↑ウレタン吹付断熱 準備工事②

ウレタン断熱は液状の物を突き付けるので、付いてはいけない所にテープを貼っておきます。（写真のピンク色のテープ） 吹付完了後にこのテープをはがして床板を施工します。

↑準備工事③

電気配線はウレタンが付かないようにCD管と言うチューブ（写真のオレンジ色）に通します。

施工事例 ウレタン吹付断熱工事

発砲ウレタン吹付

解体や様々な準備工事を経ていよいよウレタン吹付作業です。

ポイントは隙間なく吹き付けること！

特に窓廻りは気を付けます。吹き付けると一瞬で膨らんでいきますので、吹き付ける人と余分な部分をカッターで切り取る人で作業します。



隙間なく吹付完了！
きれいな緑色です。

天井、壁、床と下地を復旧し
ます。

壁紙、フロアを施工して完成
です！



断熱屋さんは大きなトラックでやって来ます。
液状ウレタン材が入ったドラム缶からホースをつないで家
の中へ！
一式の機械も積んでくるので、吹付面積が広くないと割高
になるのが難点ですね…

断熱効果抜群の『ウレタン吹付断熱』は、新築で多く使われています。でもリフォームの場合は、いまいち普及していません。

・小面積だと割高になる

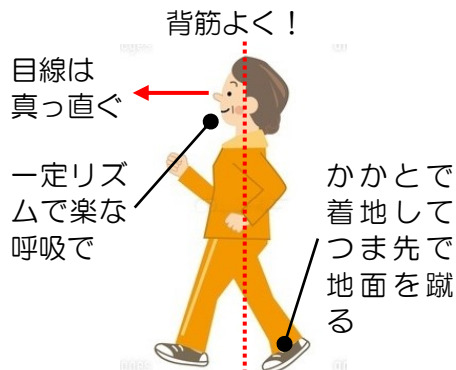
・天井、壁、床 全ての解体工事と復旧工事が必要になる

のが理由ですが、今回の事例のように大規模なリフォームをお考えの
方は、ウレタン吹付断熱も検討してみてくださいはどうか？



正しいウォーキング

健康のためにウォーキングをされている方は多いかもしれませんが。
せっかく歩くならポイントを押さえて効果のあるウォーキングをしてみましょう。



歩き方

背筋を伸ばして頭肩腰が一直線になるような姿勢で歩きます。肩の力を抜いて軽く腕を振るようにし、歩幅は身長のお半分の少し大股で。自分が楽なペースで歩きましょう。

歩く長さ

有酸素運動は20～30分が最も効率よく脂肪を燃焼させると言われています。

1回で時間をとれない方は、朝と晩にわけてトータル時間で目標時間をクリアしても構いません。

時間帯

食後2時間以上後にして下さい。

また、空腹時は血糖値が下がっているため、めまいなどを起こしやすく危険です！

ダイエット効果を上げる方法

ウォーキングの30分ぐらい前に、カフェイン（コーヒー・紅茶・緑茶）をとるといいです。

脂肪の分解を促進してくれる効果があります。

料理レシピ マグロの香草焼き

【材料】

マグロ 200g 生パン粉
(A) パセリみじん切り 大匙2
にんにくみじん切り 小匙1
塩 小匙1/4 こしょう少々



- ① バットにパン粉を広げ、Aを加えて香草パン粉をつくる
- ② マグロに①をまぶす
- ③ ②に残った香草パン粉をふりかけて、オリーブオイル(大匙2～3)をかける
- ⑤ オーブントースターで10分位焼いて、食べやすいサイズに切れば完成♡



漢字パズル

正解者の中から毎月抽選で4名様に
『図書カード』 ¥1000分プレゼント

ヒントをもとに、**横方向に漢字を埋めて**いってね♥ **赤マス**を**縦**に読むと答えになるよ！

①	花		雪	
②			和	同
③			大	敵
④			歓	迎

横方向のヒント

- ①たくさん舞い散るもの
- ②自分の考えがなく周りの意見にむやみに同調
- ③気を緩めると失敗の原因に
- ④感情を高ぶらせるほど歓迎する様

縦のヒント

発砲ウレタン

前号の答えは、『梅雨前線』（1.松竹梅 2.熱帯雨林 3.手前味噌 4.蚊取線香）

応募方法



お知らせ

ナイスリフォーム株堀装で

電化製品が安く買えますよ！

『YAMADA DKグループ』加盟店のナイスリフォーム株堀装を通じて電化製品を購入すると **YAMADA（ヤマダ）店頭価格からさらに安くなる！**

YAMADA（ヤマダ）折込チラシ価格からさらに安くなる！

利用方法

- ほしい商品が決まっている方
（ヤマダの店舗で見えてきた。ヤマダのチラシに載っている。）
⇒**商品名、品番**を教えて下さい。ナイスリフォーム価格をお知らせします。
- 現行品で店舗にあるものに限りです。
型遅れ品・特価品の取り扱いはありません。



リフォーム工事中の方は担当者に相談下さい。

お電話で！ ☎0120-72-4340



同封の返信用はがきで！ メール・FAXでもOKです。



※特価品・処分費などは値引き率が低くなる場合があります。

※基本的に最新機種のみとなり、型遅れ商品は値引き対象外となります。

※大型商品（テレビ・冷蔵庫・洗濯機等）の配送ご希望の方は別途費用が必要です。