

くらしのすまいりんぐ

地球と人に優しい家づくり・くらしづくりの情報広場

2025年4月吉日発行
NO.0129
発行責任者：(有)文化舎東毛
〒376-0101
みどり市大間々町大間々1190-4
☎0277-73-4850

<今月の話>

1. 今月の話題 —家族で楽しむエイプリルフールと企業の失敗談—
2. 美肌への近道 —今日からできるスキンケア—
3. ハイブリッドソーラーハウスとは??
4. リフォームで快適な住環境を手に入れよう
5. 建築知識 —住宅瑕疵担保履行法と地盤調査—
6. 辛口コラム —アジアの一貧国に落ちるか—



今月の話題 —企業のエイプリルフール企画と身近ないたずら—

4月1日といえばエイプリルフール。企業がSNSなどを活用して発表するエイプリルフール企画から、家庭や友人とのちょっとしたいたずらまで、さまざまな形で楽しまれています。毎年その反応には明暗が分かれています。昨年の企業のエイプリルフール企画を一部紹介しますね。



マクドナルドのXより



亀田製菓のHPより



ケンタッキーのXより



マクドナルドの「マックの内弁当」は、実際に販売されている商品を詰め合わせにし、「マック」と「幕」の音をかけた商品としてXで発表しました。実際に真似をしてSNSで投稿する人も現れ大好評。亀田製菓は人気定番商品、「ハッピー」ターンの逆? 「つら」ターンを2023年エイプリルフールに発表しました。反響が大きく、2024年4月1日に「今年は嘘じゃない」として実際に販売しました。(現在は終売)。

一方、ケンタッキーは、詰め放題プランをXで発表。あまりのリアルさに、問い合わせが殺到し、謝罪に追い込まれました。限定41名、401円、#エイプリルフールと表示されていて、それなりに配慮してやっているのに、気の毒な気がします。ただ、知名度UPの広告戦略としては成功したのかもしれません。

エイプリルフールに適したいたずらは、他人を傷つせず、笑いを誘うような軽いジョークが理想的です。家庭や職場でほのぼの楽しむのはいかがでしょうか。

お金をあげる：金一封と言って、おもちゃのお金で1兆円を手渡す。

食べ物のいたずら：普通の料理に見えるけれど、実は違うものを作る。

今年のエイプリルフールはどんなネタが提供されるか楽しみです。皆さんも、ユーモアと創造力を活かして、家族全員が笑顔になれるような楽しいアイデアを考えてみてはいかがでしょうか。

【美肌への近道】—今日からできるスキンケア—

4月は季節の変わり目で、肌にとって過酷な環境が重なる時期です。春の訪れとともに、百貨店や薬局のコスメコーナーには日焼け止めが並び、「美肌」という言葉が目立ちます。



紫外線が強まり気温が上昇する季節です。肌の露出が増えるこの時期は、スキンケアの重要性が高まります。スキンケアは、肌の健康だけでなく心の健康にも大きな影響を与えているといわれています。

美肌への基本アプローチ

① 食事、睡眠、運動

食事 バランスの取れた栄養を取ることが美肌の基礎

・ビタミンC、E、A：肌の修復と再生を促進

・オメガ3脂肪酸：肌の炎症を抑制

・亜鉛：肌細胞の新陳代謝をサポート

野菜、果物、魚、ナッツ類を積極的に、加工食品や糖分の多い食品は控えめにするのがおすすめ

睡眠 質の良い睡眠は肌の再生に不可欠です。夜の10時から深夜2時の間に肌の

ターンオーバーは活発になります。

運動 有酸素運動は血行を促進し、肌のターンオーバーを正常化します。

運動習慣のない方は動画なく気軽に始められるウォーキングから始めてみては?

② 紫外線対策

紫外線は肌の老化を促進する大きな要因です。日焼け止めの使用や帽子の着用など日常的な日焼け対策は美肌の基本。

③ 習慣化と個人に合った方法の発見

小さな目標から始める 例：毎日3分スキンケアの時間をつくる

時間を決めて取り組む 例：お風呂上りにスキンケアなど日常生活に組み込みやすい時間に設定する

生活リズムに合わせてまず2週間続けてみてください。

美肌のためのプラスアルファ

① サングラスで目の周りを保護

日本人はアイクリームを塗る習慣がある一方、サングラスの着用率が低いです。しかし、目の周りや薄い皮膚を守るには、サングラスが効果的です。目元のシミやしわの予防になります。

② メンタルケアで美肌を目指す

ストレス管理で美肌を目指しましょう。瞑想やヨガなどでリラックスするのもおすすめです。

③ 衛生管理で肌トラブルを防止

スマートフォンと肌トラブルには意外な関係があります。スマートフォンには多くの細菌が付着しています。通話時に頬に当てますよね? スマートフォンに付着した菌が、ニキビや肌荒れの原因となることがあります。

歯磨きをするように習慣化し、自分に合った方法を見つけていくのがお金を無駄にせず、美肌への近道。なあんたとがっかりされた方もいるかと思いますが、8年間美容業界にいた私からすると基本アプローチを継続して実施できているひとは少ないのが現状です。スキンケアで心と肌の両方をケアし、春を迎えましょう。

ハイブリッドソーラーハウス

昨今、電気・ガス・灯油の価格が高騰しています。
そのため、家庭負担が増え、使用を抑えている方もいるかもしれません。

従来の暖房という暖房器具やエアコンを使用した部分暖房です。暖かい部屋と寒い部屋ができてしまい、ヒートショックの危険があります。

しかし、「ハイブリッドソーラーハウス」なら、太陽熱で家全体を暖めてくれるので、光熱費も削減しながら快適に過ごすことができます。

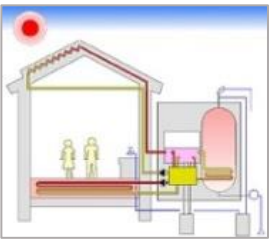
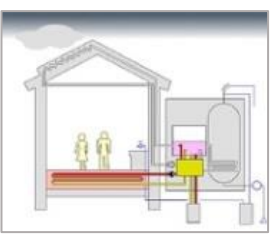
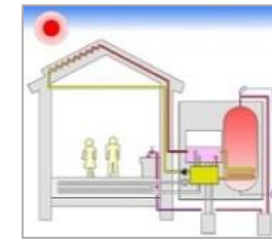
◎ハイブリッドソーラーハウスとは？

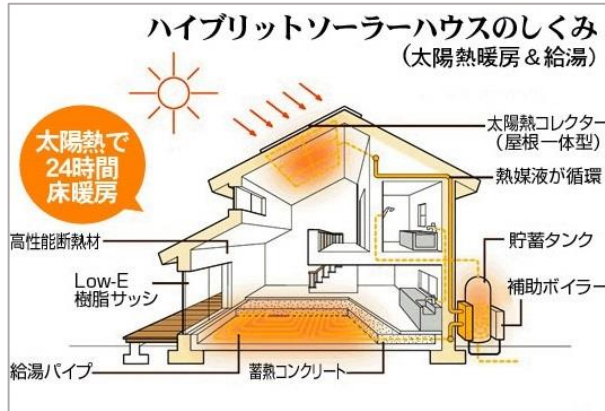
太陽熱を活用した「全室 24 時間暖房」と「給湯システム」を効率的に利用し、家全体に快適な温熱環境を維持する「体にやさしい住まい」です。

ハイブリッドソーラーハウスは、太陽熱を主熱源とするので、低コストで 24 時間床暖房を実現し、時間を問わず家中どこにいても快適で健康的な住まい環境を実現できます。

3つの運転モード

ハイブリッドソーラーハウスは季節や天気に合わせて 3 つの運転モードを自動選択しながら運転します。季節ごとの切り替え操作は必要ありません。

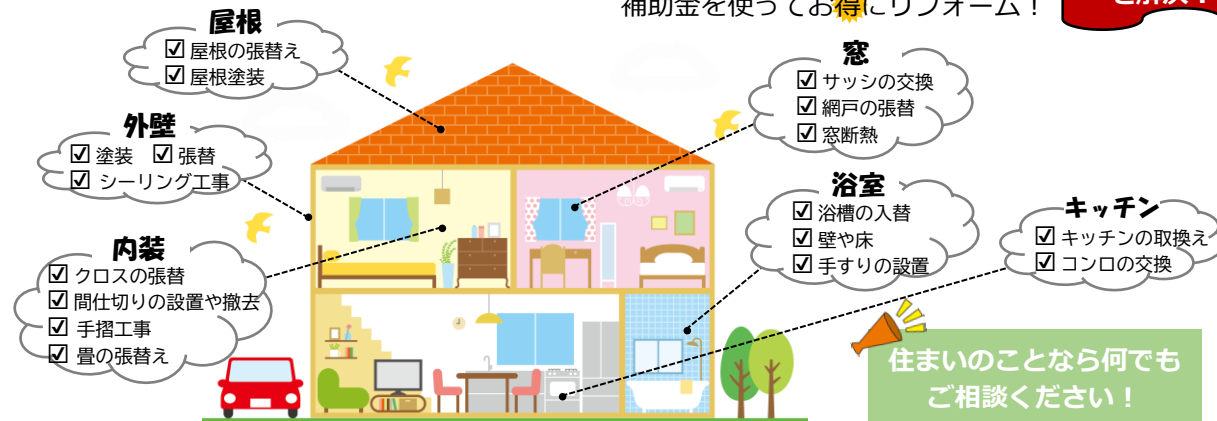
暖房の欲しい時期 「ソーラー暖房給湯モード」	お天気が悪く日射がない時 「補助暖房モード」	暖房が要らない時期 「ソーラー給湯モード」
真冬でも晴れば太陽は真夏に負けないエネルギーを送ってくるので、これを床に蓄えます。 また、床暖房のために循環した不凍液はついでにお湯沸かしにも使えます。真冬、20℃、30℃にでも沸かせれば大助かりです。	雨雪や曇りで太陽熱が不十分な場合は、補助ボイラーが自動で稼働し、必要な室温を維持することができます。	暖房は次第に運転を減らし、夏になれば給湯のみで運転します。夏になれば全力で給湯運転します。370リットルのタンクに太陽熱だけで十分な温度のお湯ができ、家族のお風呂やシャワーに活躍します。
		



リフォームで快適な住環境を手に入れよう

補助金を使ってお得にリフォーム!

お困り事を解決!



対象となる補助金について詳しく知りたい方はぜひご相談ください。また、次号から詳しく解説していきます。

☎ 0277-73-4850 ✉ info@bunkasya-toumou.co.jp

建築知識

—住宅瑕疵担保履行法と地盤調査—

住宅を建築して引き渡した建築業者は構造耐力や雨漏りなどの欠陥に対して 10 年間の保証責任を負うことが法律で定められています。2005 年の耐震強度偽装事件を受け、建築事業者が倒産してしまうと自費建替えを余儀なくされることが明らかになりました。

補償責任確保のため 2009 年以降は住宅引き渡し時に修理等の費用を保証できる保険に加入を証明することが義務化されました。建築事業者が倒産しても 10 年間は改修・建替えが保証されます。

保険会社は建築の不具合を防ぐために、厳しく監視することになります。軟弱地盤での建築は建物のゆがみにつながる可能性があるため、建築業者に地盤調査を依頼し、弱ければ地盤改良するように求めます。現在、ほぼすべての新築住宅が建築前に地盤調査をやることになっています。保険は、沈下した地盤の改修自体は対象外なので、別途地盤保証を検討する必要がある場合もあります。

住宅の地盤調査は、スクリーウエイト貫入試験 (スウェーデン式サウンディング試験) が安価で一般的です。ビル建築などのボーリング調査は深くまで土層ごとにサンプルを採りながら調査できますが、住宅は普通スウェーデン式で十分です。軟弱な場合は、深さ 2 m 程の土を取ってセメントなど改良剤を混ぜて埋め戻す方法や、家の下に複数の穴を開け、コンクリートを流し込む柱状改良などの地盤改良をします。



辛口コラム

—アジアの一貧国に落ちるか—

国立社会保障・人口問題研究所の推計によると、2020 年に 1 億 2,615 万人だった日本の人口は、2050 年に 1 億を切り、2070 年には 8,700 万人まで減少すると予測されています。これは 50 年間で約 3 割、カナダ全人口分が消える計算です。日本は経済大国だと思っている人も多いようですが、指標である GDP は人口、特に勤労人口に大きく左右されます。出生率が減少の中での人口減なので、勤労人口が減り、高齢者率が増えます。安心して子供が持てるよう社会の仕組みは、習慣も格差もガラッと変えないと人口減は止まりません。一人当たりの GDP が重要で、これは技術革新力や国際競争力、所得水準を表します。かつて 1990 年代から 2000 年迄は世界 1、2 位を競っていた日本の一人当たりの GDP は近年急速に順位を落としています。2023 年は 34 位。2023 年にはドイツが GDP で日本を抜き世界 3 位となり、人口比では日本の一人当たり GDP はドイツの 2/3 程度に落ち込んでいます。諸国が経済発展し、給料を増やしていたここ 30 年、日本の給与は横這い、日本は IT 革命のような世界の激変に遅れたのでしょ。

(人口の急減) x (一人当たりの GDP 降下) により GDP は今後降下し、経済大国だったのは過去の幻。大学は猛勉をさせ (自省)、低金利・円安で楽に儲けてきた産業は必死の革新により「一人当たりの GDP」を上げないと、東南海地震でもあれば財政に行き詰まり中国の属国になるとの D アトキンスの警告もあります。

