



市川です

「青魚」 皆さんは魚釣りをしますか？私は5歳位から祖父と釣り堀に行っていました、今では溪流・湖・海釣りやめられない趣味のひとつです。小学5・6年の頃は父親と船釣りに行き、大型クーラーボックスいっぱい、鰯、鯖、鰯等を釣っていました。ご存知のようにこの青魚にはDHAが多く含まれています。DHAは人体の健康や老化防止に欠かせないと言われ、体内で生成出来ないので食事などで補給する必要があると言われていました。沢山食べましょうね。

一般的に青魚は水面から中層までに群れで生息している事が多く、一度に数多く釣れたり、釣る時の引きが激しく面白い魚です。青魚と呼ばれる魚はなぜ背中が青く、お腹が白や銀色か知っていますか？水面近くを泳いでいる時にカモメ等の外敵に見付からないように背中が海の色に近い青色になっています、お腹は水中からの外敵に自分の影を見せないように白や銀色で太陽光を反射して光に同化する為です。自然はスゴイですね。 皆さんも是非、釣って楽しい、食べて美味しい青魚を見直して下さい。

## プロの技 継承していただきます！

### ～網戸修繕教室2008レポート～

夏に向けて出番が多くなる網戸。今年も職人さんを招いて簡単に出来る網戸の張り替え教室を行いました。

「初めてやるけど私でも大丈夫？・・・」

「ウ子のはとても大きい網戸だけど、できるか不安・・・。」

など始まる前は不安そうな言葉が聞こえていました。

職人さんより手順とポイントを教えていただき、手元を確認するために参加者も右へ左へと移動しています。



数分で張り終わると「やっぱりプロだからできるんでよ！」と疑いの声を上げる参加者。

テレビのDIY講座もそうですが、知識は得ても実際に体験しないと身になりませんので、早速作業を始めていただきました。



パッキンを押し込む時に使うローラーは、普段使い慣れている物ではないので力任せに押し込む姿が見えたのですが、斜め45度位にしてローラーの回転を利用すると簡単にパッキンが入っていきます。

私達は手順とポイントの確認する程度で殆ど手を出すことなく、参加者自身で見事に張り上げていました。その網戸を持って「こんなにキレイに張れて嬉しい！」と喜んでいました。

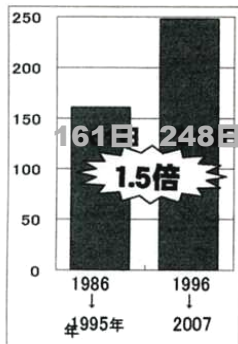
今回で延べ82名の方々がプロの技を取得しました。次はあなたとお友達の番です。是非、技を受け継いで下さい。

### 教室参加者は・・・

- ・ コツと不具合になる工程が理解できた。今後の張替えに大変参考になった。(O様)
- ・ 聞いて分かっていたつもりでも、道具の使い方が逆になっていました。スタッフの皆さんとても親切且つ専門知識が豊富でとても勉強になりました。また機会がありましたら宜しくご指導いただきたいと思います。(T様)
- ・ 実際自分で行って、分からないところを教えていただき助かりました。今後とも宜しく願います。(Y様)
- ・ 初めて体験しましたが、網戸がこんなに簡単に張替えられるとは知りませんでした。丁寧に指導いただいたので良く理解できました。忘れないうちに別の網戸も張替えようと思います。(F様)
- ・ 自分の仕上がりは上出来でビックリしています。(H様)
- ・ 非常に分かり易く良い体験となりました。(K様)
- ・ 会社の方が殆どやってくれると思っていましたが全部自分で出来るよう説明いただき、お蔭様でキレイに仕上がりました。これからは家で張替えができる技術が身についた良かったと思いました。(萩原様)
- ・ 出だしはしからスタートするゴム入れ、網に弛みができた場合の対処方法等、ポイントを押さえた説明は非常に参考になりました。(田中様)
- ・ 少しのポイントでキレイに張替えができて嬉しいと思いました。(A様)



# 今年もやってくる寝苦しい夜の原因取り除きます!



## ご存知ですか?

左のグラフは横浜市の熱帯夜日数です。  
たった10年で1.5倍も増えているのがわかります。  
急速に進む地球温暖化や都市部のヒートアイランド現象をみなさんも新聞などでご存知ですよ。



そのなか、昨年の猛暑で光熱費は例年に比べて多くかかったのではないのでしょうか。その一因として『建物が太陽熱を溜め込む為、空調の使用量が増加する事』があげられます。

## 家計と地球を救う?! 断熱塗装

地球温暖化対策の一つとしてアイデアは断熱塗装をオススメします。

この塗装は、夏の焼け付く様な日差しを屋根や外壁で反射させ、建物が熱を溜め込みません。

今、よく耳にする『外断熱』の塗装版です。断熱塗料と通常の塗料を比較すると室内温度差は何と約8℃程度下がると報告されております。

この断熱塗装により

- ・エアコン稼働率が軽減し、電気代+CO2の削減を可能にします!  
(室内温度が1℃下がるとエアコン電気代が約10%節約可能)
- ・この削減効果で一般塗装との差額費用も約4~5年で回収可能です。
- ・耐久年数12年以上!
- ・冬季の結露が劇的に減少します!

その結果、快適な室内環境が実現できます。

もう直ぐ梅雨明けし、今夏も猛暑が予想されています。冷房に頼って体を壊したり、寝苦しさで良質な睡眠が取れなくなる前に、嬉しい効果が期待できる断熱塗装をオススメします。



## INFORMATION

昨年エアコンのお手入れをしていない方へ・・・ エアコンクリーニング1台 ¥8,400 (税込)

この季節湿気が気になりますね。毎日ジメジメしているのに、家の中で洗濯物を干すなんて・・・。そんなお母さんの嘆き声が聞こえてきます。エアコンの調子はいかがですか? 異臭はしませんか?

実はプロのお手入れで節約できるって知っていましたか?  
プロにお願いすると



- ①市販の掃除用具では落とすきれいな汚れが取れ、カビの風から開放されます!
- ②毎月の電気代が最大25%節約できます。  
(7,000円/月なら21,000円/年もお得)
- ③エアコンの寿命が延び、冷暖房の効きが違います。

家族の健康を守って節約もする。あなたは主婦の鏡ですね!

### 耐震セミナーお知らせ

四川大地震・岩手宮城内陸地震と今年も大きな地震が発生しています。今後、横浜に大地震が来る確率は? 地盤はどうなる? 家は? 正しい知識を身につけ地震に対する備えを万全にしておきましょう。お申し込みは0120-39-3992へ

日程: 2008年9月7日(土)

場所: 桂台イトーヨーカ堂前グランポア会議室

時間: 10:00~12:00 費用: 無料

**IDEA**  
アイデア

住まいの問題解決隊 株式会社アイデア  
〒247-0033 横浜市栄区桂台南1-9-1グランポア2F  
営業時間9:00~20:00 電話7リ-ゲイホ 0120-39-3992  
ホームページ <http://www.y-idea.co.jp>

※アイデア通信は、今までに工事をした方、資料請求いただいた方、セミナーに参加いただいた方を対象に配布をしています。  
ご意見・ご要望・ご提案なんでもお待ちしております。(熊澤)