

◇ 熱中症に注意を！ ◇

夏真っ盛り！北海道を除く、全国各地で熱中症に注意が必要な暑さとなっております。熱中症は、ちょっとした注意で防ぐことができます。レジャーのときばかりでなく、普段から心掛けて欲しいポイントを挙げてみました。

1・体調を整える

睡眠不足や風邪がみなど、体調の悪いときは、暑い日中の外出や運動は控える。

2・服装に注意

通気性の良い洋服を着て、外出時にはきちんと帽子をかぶる。

3・水分補給

熱中症の殆どが、水分不足が要因となっています。「のどが渴いた」と感じたときには、すでにかかなりの水分不足になっています。定期的に少しずつ水分を補給する。特に夏場は汗と一緒に塩分が失われることを考えると、スポーツドリンクなどを飲むのがオススメ。

4・年齢も考慮に入れて

発育途中の子供や体力が衰えはじめた高齢者は熱中症になりやすいといえます。年齢を意識して、予防を心掛けることも大切です。

◇ 話題にあがる2.5世帯住宅とは ◇

昨今、2.5世帯と云う言葉が家づくり現場で言われるようになりました。そもそも、2.5世帯とは、親の世帯と子の世帯と一緒に暮らす2世帯住宅に、単身の兄弟（姉妹）などが一緒に暮らすスペースを設けたことを特徴とした住宅のことを言います。

一時期には、家族がそれぞれ家を持つ核家族化が進みました。時代風潮でしょうか、家族の全員が一緒に暮らす家づくりが多くなりました。

その動きに合わせ2.5世帯と称した住宅提案が必要となってきます。

2.5世帯の特徴

元々の親と子供達が一時的に世帯を持って独立したものの、連れ合いや子供達も含め、昔の茅葺屋根の家で過ごしたように、大家族で生活する形態です。

家族と一緒に住みながらも、それぞれが独立した生活空間を確保しておりますが、困ったときは互いに助け合うことができます。

2.5世帯が何で増えているのか

晩婚や非婚化の流れや、離婚増加の社会的な背景があるものと思われます。

また、団塊世代は、晩婚・離婚化に理解のある親が多く、子供にとっては居心地が悪くないということも要因のひとつといえそうです。加えて景気の先行き不安や消費増税、それに3・11の震災以後、家族との絆を大事にするようになったことも大きく影響しているようです。

2.5世帯のこんなメリット

- ①玄関やキッチンが独立していて、暮らしの独立性が高い。
- ②家族構成の多様化で、コミュニケーションが円滑になる。
- ③互いにバックアップできる為、2世帯住宅に比べ女性の就業率が高い。

2.5世帯について奥様はどう感じているかの某アンケート

- ①「嫁姑問題や、兄弟（姉妹）との同居は気にならない」という意見が多い。
- ②アンケートでは、約9割が「2.5世帯住宅」を検討していると云います。
- ③「家に誰かいると安心感がある」、「家事や生活費の負担が減らせる」というメリットを感じている。

アンケートでの2.5世帯で暮らす奥様の意見

仕事や体調不良で動けない時は、子供やペットの世話を頼めるので助かる。子育てを行いながら仕事も熟すことが出来るため、最初からこのような生活構成を行うべきだったとの意見が象徴的でした。

時代は大きな変動期に入っております。特に3・11以後のエネルギー事情は、それ以前と様変わりしております。核家族から大家族化は、エネルギー事情を考えると必然的なことのも思われます。

私達のような家づくりを行う業者にとっても、時代の潮流を見定めながら、建主さまの最善のライフプランを提案して行く責任を感じます。

著 福地小枝子

季太の知恵袋

ラップの端が張り付いて取れない時

ラップ（ラップフィルム）って便利で重宝するねえ。時々ね、ラップの端がロールに張り付いて、取りにくくなっちゃう時があるよね。焦っちゃうよねえ、だってお料理の途中のことが多いもんね。こんな時はね、箱からラップを取り出して、冷凍庫に入れるんだよ。そうだねえ、5分か6分くらいかねえ。そうするとね、簡単にはがすことができるよ。

建築情報や知識は、ファース本部公式サイトで！



ファースの家

検索

