



# FAS住まい新聞

発行責任者  
**㈱福地建装**  
北斗市中野通 324  
Tel 0138-73-5558  
fax 0138-73-8460

## ◇ 謹賀新年 今年も幸せづくり家づくりを！ ◇

明けましておめでとうございます。謹んで新年のご挨拶を申し上げます。私達ファースグループは、今年も建主さまがこの家に住んで心から良かったと、幸せを実感できるような家づくりに尽力して参ります。

### 幸せを実感できる家とは

言葉では簡単に言えるのですが「幸せを実感できる家」とはどんな家なのか…幸せの定義は人によって異なるのですが、少なくとも家の中では家族全員が笑顔で過ごせる空間にしなければなりません。

「家族の笑顔」、これを保持しようとする色々な背景や環境によって、これもまた難しいものです。

旦那様が寄り道せず早く帰りたくなる家とは、奥様が常に笑顔で迎えてくれる家なのでしょう。奥様が常に笑顔でいられるのは、家族の誰もが笑顔で健やかに過ごしていることでもあります。

家族が笑顔で健やかに過ごすためには、家以外の場所でストレスを持ち込まないことも重要でしょう。しかし、家以外で受けるストレスを緩和させるには、家族の笑顔に応援されることで多くの事が受容できるものだとも言われます。

### 施工工務店との関わりは

建主さまは、多額の資金を投入して家づくりを行い、その家の中で大切な家族や財産を守っています。その家は、建主さまが住んでから、真の心地良さを感じるような断熱性能が、しっかりと担保されていることが大前提となります。

寒い、暑い、光熱費が高いなどの事象が出ると住むだけでストレスになってしまう場合があります。また、施工工務店は、経営者もスタッフも同じ人なのですが、建主さまと常に友好関係を保持したいと願ってまいります。

施工工務店との友好関係を保持することは、双方にとっても幸せなことです。

### 住まいのストレス緩和が

精神的なストレスは、不安や心配などが大きな要因のようです。また、肉体的なストレスは、自分の運動キャパシティを超えた場合などに発生するようです。

これらのストレスは、内包していると安眠出来ずに寝不足になり、寝不足はまた別なストレスになって悪循環となる場合もあります。心療内科のお医者さんは、運動の仕方によってストレスが軽減するとして、臨床医学でも認めています。

また、家の不具合などで施工工務店との人間的なトラブルは、耐え難きストレスに発展する場合があります。工務店選びと施工方法が大きく関わります。

## ◇ 暖かい家では病気になり難い ◇

### 断熱住宅と糖尿病の疾患率

連日氷点下が続く北海道の心疾患や脳疾患になる確率は、他の都道府県より低いのです。また、糖尿病の疾患率も低い数値を示しております。

これは北海道の家の断熱性能は、高水準にあることが大きな要因とされています。断熱性能が悪く、ヒートショックでの心疾患や脳疾患は理解できるのですが、糖尿病の疾患率が下がるのは、運動の量が自然のうちになされているからなのです。

断熱性能の伴っていない住宅では、暖房して暖かい居間から外に出る量がいつの間にか少なくなっているのです。

厚着をしてコタツに入ります。コタツの上のテーブルにはミカンとお茶菓子があり、そしてテレビに見入る生活は、断熱住宅の以前の生活風景です。

おのずとカラダを動かす量が激減していましたが、糖尿病になり易い生活環境にあることは、状況を想定しただけで理解出来ます。

### 病気になり難い家づくりを

「ファースの家」の断熱方式は、構造体を外側からスッポリとシームレス状に硬質樹脂を何層ものスキン層を重ねながらスプレー発泡した断熱方式です。

玄関を入ると居間、廊下、トイレ、浴室、寝室、子供部屋などすべての空間の温度が、20℃以上の温度で管理されるようになっております。

ドアも障子も開け放し状態でも寒さを感じることはありません。コタツで丸くなるという生活環境から開放されるため、飛躍的に運動量が多くなります。

是非、今年も健康な幸せ空間を構築してください。

(著 ファース本部代表：福地脩悦)

## 幸太の知恵袋

### 押入の除湿

押入はよく湿気がこもって困るねえ。せっかく上手に干したお布団にもカビが生えてしまいそうだよ。湿気を取るにはね、押入のすみっこにバケツいっぱい石灰を置いておくと、石灰がよく湿気を吸い取ってくれるよ。だけど、バケツをひっくり返すことがないように、押入の中はいつも整理整頓しておかなくちゃいけないよ。