

# 野瀬建築便い

2月22日(日) すてき住まいの大感謝祭工務店ブースにて出店します！  
皆様御誘い合せの上是非御来場下さい。会場:メッセウイング・みえ

## 素敵なバレンタイン

寒い季節のホットなイベント、といえはバレンタインデー。チョコレートの香りに包まれたお菓子売り場は、女の子達の戦場です。

本命チョコ、義理チョコ、友チョコ・・・。時代の移り変わりとともに、様々な名前がつけられてきたチョコレート達。でも、私たち世代が一番ときめくのは、なんといっても自分への「ご褒美チョコ」ではないでしょうか。本命チョコの味見、友チョコのついで、夫や息子に買うという名目で。理由はなんだったっていいじゃありませんか。普段の何倍も綺麗にお化粧され素敵な洋服を着せられた、甘〜いチョコレートの誘惑に勝てる女子は、なかなかいません！

そもそもバレンタインデーとはどういう日なのでしょう。時は3世紀頃、ローマ皇帝によって結婚が禁止されていた時代に、密かに結婚を執り行なったキリスト教司祭のバレンタインは、それを理由に処刑されました。その処刑された日が2月14日なのです。元々女神ユノの祝日であったその日は、その後恋人達の日となったのです。

日本のバレンタインは女性から男性へチョコレートを贈って愛を伝える日ですが、欧米では男女関係なく親しい恋人や友人にカードや贈り物を

します。日本でも最近では「逆チョコ」が勢いをましているとか。バレンタイン本来の意味に近づいているのかもしれませんが。

バレンタインに買うチョコレート、せっかくなら普段は買えないラグジュアリーなものを手に入りたいですね。

一番気持ちが上がるのはやっぱり「ボンボン・ショコラ」。ガナッシュやマジパンなどをチョコでコーティングした一口サイズのチョコレートです。美しい装いの箱に収められた宝石のようなチョコレート達は、一口食べる度に極上の気分。バレンタインならではの真っ赤なハートの一粒などは、食べるのがもったいないほどです。「チョコレートの石畳」、いわゆる生チョコも人気。口の中でとろける儂く甘〜い幸せは、一人で味わうにはもったいないかも。もう一つお勧めしたいのが、フェアトレードチョコレート。食べる人にはもちろん生産者にもやさしいチョコは、パッケージも可愛く美味しいものが多いのです。この機会に一度食べてみてはいかがでしょうか。

女の子に嬉しい最近のバレンタイン。とっておきのチョコレートを手に入れて、甘くて素敵な1日をお過ごしくださいね。

## 2015. February ♥

### 旬

ニぼう みず菜 キャベツ  
菜の花 あさり カキ カニ

### 誕生石

アメシスト 石とはば... 言成実、心の平和に心算事、怒りなどを取り去る。災いから身を守ってくれる。

### 今月の豆知識

静電気を溜めやすい方は...  
静電気は、誰もが同じように体に溜め込みますが、自然に放電が出来る人と出来ない人の差があります。放電しにくい人は、肩こり、腰痛、冷え症の人に多く、血夜がドドドの可能性があります。  
改善 オススメはまず、水をたくさん飲むことです。



## 美人になる入浴のワザ

寒さで身体が冷えるこの季節は、お風呂での時間に幸せを感じますよね。このお風呂の時間を利用して、美人になれちゃったら素敵ですよ。入浴をしながら美人を作るワザをご紹介しますので、今晚からぜひ試してみてくださいね。

### 【お風呂に入る前に】

湯船で身体を温めるその前に、体内からも身体を温めます。内臓が温まり、身体の芯からも温まりやすくなります。

- 温かい飲み物を入浴前にコップ一杯飲みましょう。



### 【美人になるお風呂の温度】

身体の代謝をアップさせ、良い汗をかき、美しくなる為の最適な入浴の温度と時間があります。

- 39度のお風呂に、15～20分ゆっくりつかないようにしましょう。

### 【エステ並みのスキンケアを】

入浴中は、お湯の湯気がエステというスチーマーの役割をしているので、毛穴が開き、スキンケアの成分も入りやすくなります。

- ドラッグストアなどで売っている、シートマスクをお顔に貼って、入浴をしましょう。

### 【スベスベお肌になる洗い方】

ボディタオルやスポンジで身体を洗うのは、サッパリ感を感じますよね。しかし洗い過ぎはお肌の潤いを無くしてしまうのです。

- ボディは手に石鹸をつけて、なでるように洗いましょう。

## Kid's

### 歯みがきを習慣に

朝と夜の歯磨き、ちゃんとできていますか？  
小さい時から習慣になるように心がけましょう。

#### ◆歯みがきはいつ頃から？

乳歯はエナメル質が薄いので、虫歯を放っておくと、あっという間に虫歯が広がります。最初の歯が生えた時（6ヶ月～1歳）から、歯みがきを始めましょう。いきなりきちんと磨くのではなく、最初は歯ブラシに慣れる程度にやわらかく磨きます。食後や寝る前など、毎日決まった時間帯にして、歯みがきを習慣づけましょう。赤ちゃんは口をゆすぐ事ができないので、終わった後はガーゼでやさしく拭き取りましょう。

#### ◆楽しく歯みがき

嫌がる子供を押さえつけたり、追い掛け回してつかまえて歯をみがいても、全く効果がありません。歯みがきをする前にまず、お母さんの膝の上に仰向けに寝かせ、歯をみがく前に楽しく遊んで、安心感を与えてから、「歯みがきが楽しい」という気持ちを持たせましょう。

#### ◆正しく持って仕上げみがきも

2歳くらいになったら自分で磨きたがります。そんな時は、最初は歯ブラシを持たせて自分でみがき、仕上げはお母さんが必ずしてあげましょう。歯ブラシはペンのように持ち、細かく横みがきで磨きましょう。この時、唇と歯ぐきをつないでいる筋に歯ブラシが当たると痛いので、人差し指で唇の中を押えて筋に歯ブラシが当たらないように磨きましょう。

※自分で磨く時は歯ブラシの先でのを突かないよう、充分注意して下さい。

柄の短い、赤ちゃん用、幼児用のものにしましょう。

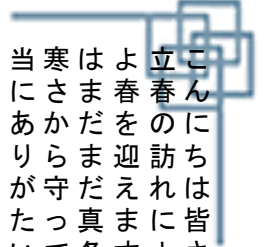


立春の訪れにより、暦はいよいよ春を迎えます。とはいえ外はまだまだ真冬、そんな時こそ寒さから守ってくれる家って本当にありがたいなあ、しみじみ感じます。

そんな家の中を、インテリアで更にあたたかくしてみたいかがでしようか？

カーテンやラグ、クッションなどのファブリック(布もの)を、厚手のフェルトやフリース、毛糸などのものに変えてみて下さい。この場合、赤や黄色、オレンジや茶色などの暖色系を選ぶと、体感温度がグンと上がります。大きな模様替えに抵抗があるならば、膝かけや毛布などの布ものをソファや、椅子にさりげなくかけるだけでも違います。この時期なら、冬物の入手もお得にできますし、少し明るめの色を選べば、本格的にあたたかくなる時期まで楽しめることでしょう。

また、寒さが厳しい夜はテレビを消してあたたかさを感じる音楽を楽しんではいかがでしょう。ジャズピアノやボサノバのゆったりとしたものがおすすめです。ココアやラテ、お酒が好きな方はホットワインなどの飲み物も添えて、寒い時期だから感じる家の中の豊かな時間を楽しんでみてはいかがでしょう。



## 100円SHOPPING おもてなし

### チョコレートボックスでおもてなし

バレンタインの季節、100円ショップには手作りのチョコを入れる可愛い箱がズラリと並んでいます。可愛いチョコレートボックスでおもてなししてみましょう。

#### ●お菓子を入れて

ボックスにお菓子を入れて、テーブルの中央へ。3種類くらいの箱を用意して、クッキーやキャンディなど、ちがう種類のお菓子を入れると素敵なおもてなしになります。

#### ●シュガーやコーヒーフレッシュを入れて

ティータイムの時に、シュガーやコーヒーフレッシュを入れて出してもオシャレですね。

#### ●紙ナプキンを立てて

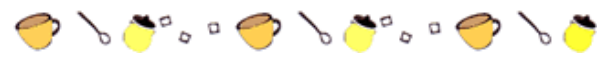
深めの箱に紙ナプキンやコーヒースプーンを立ててテーブルの中央に置きましょう。紙ナプキンの色をチョコレートボックスの色に合わせると、トータルされて、素敵です。



## ホッとタイム

家造りのポイント！第82回(住宅ローンその7)  
 住宅ローンの金利は、景気と密接な関係にあると述べましたが、現在のように長引く不況下では、超低金利を促進します。しかも、金利が上がらないという事は、物価も上がりませんから、賃金も上がりません。つまり、支払い能力が向上することにはなりません。しかしながら、住宅ローンの借入れ期間は30年から35年と非常に長く、その期間内に景気が大きく変動する事は間違いありません。物価が下がるデフレから、逆のインフレに移行すると、賃金もそれに合わせて上昇します。これまで抑制されていた金利も正比例して上昇するはずですが、言うまでもないでしょうが、金利は、借りるだけではなく、預ける場合にも影響します。

余談ですが、私どもが加入している社会保険や年金なども資産運用をしてその資金を増やすのですが、高齢化とともに、景気の低迷により運用利回りが低下して予定通りの資金繰りがかなわないためにその料率が上昇したり、企業年金が廃止になったりしています。



・会社名	有限会社野瀬建築(創業昭和37年)地域と共に五十年 建設業許可(般-23)第6685号 設計事務所登録第2-1154号
・保証制度	(財)住宅保証機構登録・JIO登録
・提供できるもの	住宅全般・耐震工事 (天然乾燥材住宅(ともいきの家)を予算に応じてご提供します)
・モットー	安くて丈夫な木の温もりを感じる家を提供したい。
・会社の場所	津市高茶屋七丁目6番36号
・連絡先	フリーダイヤル 0120-34-1829
・E-mail	noken@miracle.ocn.ne.jp
・ホームページ	http://www.noken.jp/
※配信の停止を希望される場合は、お手数ですが弊社までご連絡ください。	

今月も読んでくれてありがとう！  
 厳しい日々が続きます、皆様ご自愛を！  
 イベントガンバリマス！  
 お楽しみに！







# 誕生月の占い



**1月 生まれ** 常に現状に満足せず向上心を持つことが大事。出会いに恵まれるときなので、お洒落にも気を配って。

**7月 生まれ** 少し先で体力が必要になる見込み。健康管理やスポーツで心身ともに鍛えておけばチャンスに強くなれます。

**2月 生まれ** 本来の自分を取り戻せるとき。思い立ったが吉日で色々な所へ出掛けたり、資格取得に挑戦して。

**8月 生まれ** 好きなモノで囲めば居心地よくゆったり過ごせてHAPPYオーラ全開。思いがけない出会いの予感も。

**3月 生まれ** 目に見えるモノばかりではなく、健康や愛情などお金以外の財産にも目を向けると豊かな気持ちになれるでしょう。

**9月 生まれ** 周りの雑音は気にしないで、ネガティブな意見はサラッと流し、成功のイメージをキープすることが大事。

**4月 生まれ** 周囲では変化もあり、なかなか落ち着けないかも。しかし、無理がきかないときなのでマイペースで過ごして吉。

**10月 生まれ** 朗報あり。ただし、決断を迫られる模様。どちらを選んでも悪くはないみたい。心がウキウキする方をチョイス。

**5月 生まれ** マンネリはNG。新鮮な気持ちで取り組んで吉。チャレンジ精神を忘れなければ凄い力が発揮できるはず。

**11月 生まれ** 早さと決断力が鍵。優先順位を決めて処理していけば周囲からいつの間にか一目置かれる存在に。

**6月 生まれ** チャンスはあるものの諦めが早いみたい。もうひと踏ん張りが明暗を分けます。粘り強くなりましょう。

**12月 生まれ** 信念を持って取り組んできたあなたの頑張りが評価される模様。おごることなく、地道に続けて吉。

## すてきおうち計画

～アンティークを取り入れる～

近年、お家のデザインの幅は大きく広がりを見せ、建て主のこだわりが大きく反映されたお家を、目にすることも多くなりました。そんなこだわりの家の中でも、アンティーク部品をお家の要所に取り入れる、アンティーク住宅は、おしゃれでどこか懐かしい気分させてくれます。

