



荒谷工務店で快適な住まいへ

リフォームのこつ



キッチンのワークトライアングル



ワークトライアングルとは？

【水まわり】【火まわり】【冷蔵庫】の3点を線で結ぶとできる三角形(トライアングル)が、**正三角形**に近いほど作業性がよくなるとされています。また、この**3辺の合計が3.6~6.0m**の範囲になるよう設計すると、それだけでキッチンが驚くほど使いやすくなります！

シンク⇔コンロ の距離 120~180cm

コンロ⇔冷蔵庫 の距離 120~270cm

冷蔵庫⇔シンク の距離 120~210cm

シンク・コンロ・冷蔵庫の3点の距離が適切だと、移動や調理の時間が短縮され、作業のしやすさが格段に上がります。



「ゴミ箱」の位置も、やはり遠すぎると不便に感じる人が多いので、注意が必要です。

リビングなどから丸見えになってしまうのが後から気になるケースも多いので、できれば**カウンター下**などに隠せるようにしておくとう便利です。

一般的には、【食材の保管場所(食品庫・冷蔵庫)】→【シンク】→【調理台】→【コンロ】→【配膳台、食器棚】という順に動きますよね。

キッチンに置く機器類も、この流れをイメージしながら配置できるとベストです。

ちなみに、**右利き**の人は**冷蔵庫→シンク→調理台→コンロ**を右回りに、**左利き**の場合は**その逆**に設置すると良いとされています。

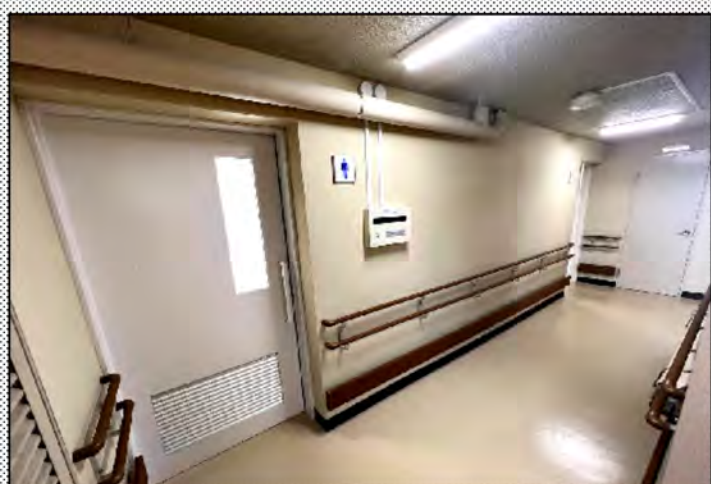
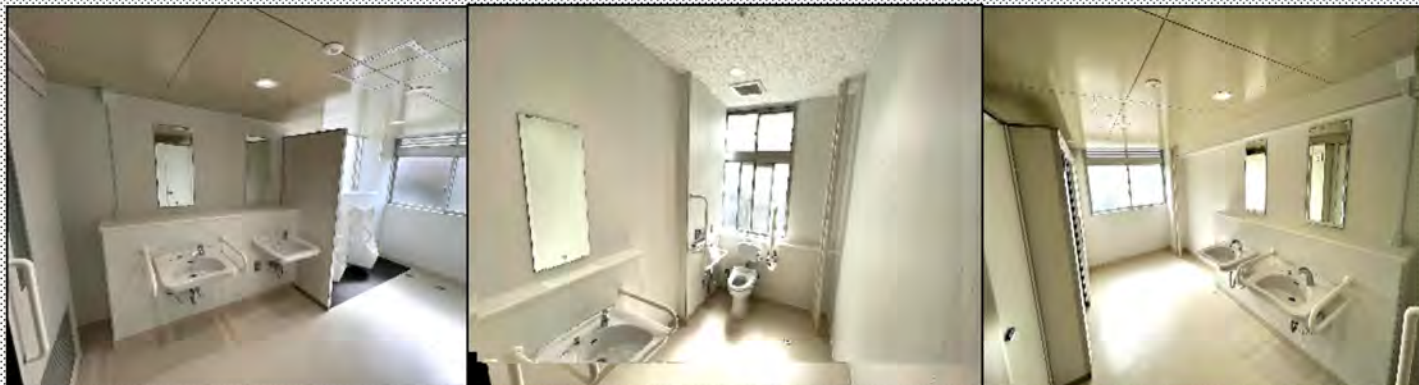
作業が効率化されると、料理の時間も楽しくなり、結果的には疲れにくくもなりますよ♪

近況報告



療育支援センター改修工事が完了いたしました

担当：工部部 吉川



西条農業高等学校駐輪場塗装工事終了いたしました



担当：工部部 每広



Before

After



世界の面白建築物

「シュヴァルの理想宮」

～たった一人で積み上げた理想宮～



パッと見インドとかカンボジアの遺跡かなとも見えますが、場所は**フランス**。さらにこの建築物、**1人の男が長い年月をかけ石を積み上げて作ったもの**なんです。

建設したのは、フランス南部のオートリーブで郵便配達人をしていた「**フェルディナン・シュヴァル**」。石につまづいたのをキッカケに何と**33年**もの年月を経て、自宅の庭先にこのシュヴァルの理想宮を完成させます。

建設当時は、近所の人々からは変人として見られていたそうですが、現在はフランス政府により国の**重要建築物に指定**され、修復も施されています。個人の趣味のレベルなんてとっくに飛び越えて、もうアート作品とも呼べるような建築物ですね。



〈参考〉 <http://www.moshtravel.com/17-unique-buildings-in-the-world/>
<https://www.travel.co.jp/guide/article/21715/>

うちの豆知識

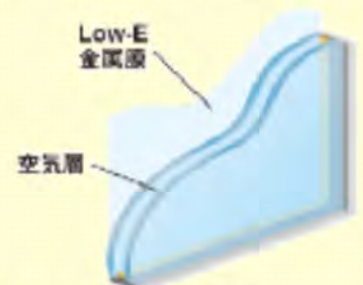
断熱の鍵を握るのは「壁」ではなく「窓」

断熱というとなまず断熱材を思い浮かべる人が多いかもしれませんが実はくせ者は**窓やドア**といった開口部。

ここからの熱の出入りの方が大きいのです。

経済産業省の試算によると、**夏は窓から熱の71%が入り**、**冬は窓から熱の48%が逃がっている**とのこと（1992年省エネ基準レベルの断熱性能の住宅での計算例）。

つまり住宅の断熱性能を高めようとするなら、壁や床より、まずは窓の断熱性能を高めることが先決というわけです。



【Low-E複層ガラス】

複層ガラスの一枚内側にLow Eと呼ばれる特殊な金属膜をコーティングしたものを

〈参考〉 https://www.homes.co.jp/cont/iezukuri/iezukuri_00297/

担当：吉川

一日をより良くする習慣

～ 魚が健康に良いといわれる理由 ～



サバ、イワシ、アジ、サンマなどの青魚にはDHAやEPAという不飽和脂肪酸が豊富です。

DHAとEPAは血液をサラサラにし、コレステロールを下げ善玉コレステロール値を増やしてくれる健康に欠かせない栄養素。

しかし体内ではほとんど作られないため、食事で摂取することが大切。血液がサラサラになると血流が良くなるので、体の隅々にまで栄養素が行き届き、新陳代謝も上がり、肌は透明感と艶がでて美肌。

DHAとEPAをもっとも吸収できるのが刺身。

積極的に食卓に並びたいですね。

参考 <https://fashionbox.tkj.jp/archives/1018075>

住宅専門用語

稲妻釘

頭を二重に折り曲げられたフックのような釘。

裏あし

タイルの裏側。接着用のモルタルやセメントがはがれにくいように工夫されている。

堅木

カシやナラ、クヌギなど堅固な広葉樹の木材。

背割り

木材の乾燥・収縮による割れを防ぐためあらかじめ裏に割れ目を入れておくこと。



総合建設業

株式会社 荒谷工務店

〒739-0042 広島県東広島市西条町西条東1243
TEL(082)423-2261 FAX(082)423-5740
<http://www.aratani-construction.com>
E-mail:info@aratani-construction.com

最後まで見てくださって、ありがとうございます
次回の発行は12月となります

お住まいのことから、店舗・施設のことまで、お気軽にご相談ください。

