

節電も快適も叶う!

ぬくぬく部屋で過ごす、ひと工夫

住まいの快適レポート

そろそろ冬仕度の準備を始めましょう。寒い部屋は、心身に痛手。ちょっとした工夫で、ぬくぬくりラックスを!

部屋を暖かく快適に保つために実践したいこと

暖房器具を組み合わせ、より効率アップ。

消費電力が高いイメージのエアコンですが、部屋全体を効率よく暖められるため、コストパフォーマンスに優れています。ホットカーペットなど足元を温める器具と併用し、エアコン稼働も最小限に。

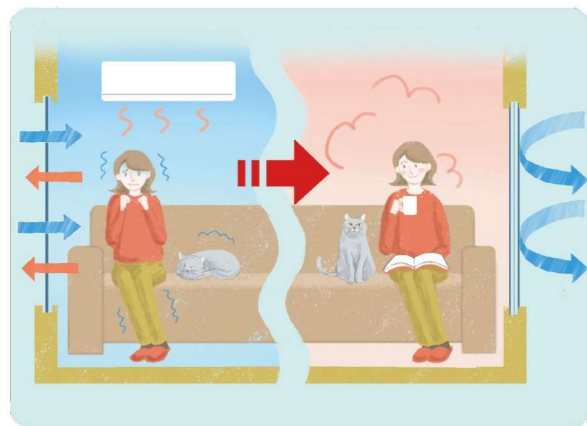
熱の出入りを防ぐ、窓対策を強化

外からの冷気、室内の暖気の出入り口である窓。断熱窓にリフォームするほか、断熱シートを貼るだけでも格段に差が出ます。窓と同様に床も。段ボールの上にカーペットを敷けば万全!

節約派にはこんな工夫も一考

足先の冷えは寒さを助長。また湿度が高いと暖かく感じます。

- 湯たんぽを活用。
- 室内足湯を実践。
- 肌着+洋服の重ね着。
- 濡らしたタオルを室内に。



パパッと作れる一品で、体の中からポカポカに。

血行促進、体を温める
代表的な食材

玉ねぎ、豚肉、カカオ、ナッツ類、唐辛子、ショウガ、ニンニクなど。

チョコレート & オレンジホットサンド

サンドイッチ用の食パンの中央部分に板チョコを割って、カットしたオレンジ、ナッツを適量のせる。水で溶いた小麦粉を食パンのふちに塗って、上から食パンでサンドして(端の部分を押さえて接着)、オーブントースターで焼けば完成。

豚肉と玉ねぎのスンドゥブチゲ

豚肉と玉ねぎ、あさりや豆腐。また冷蔵庫にある野菜などを切って、市販のスンドゥブチゲの素(スープ)で煮るだけ。キムチも追加すると、コクとうま味がアップ。



オススメ商品
内窓・インプラス

今ある窓にプラスするだけ。窓が変わると、心地よさも変わる。



おすすめポイント① 快適さアップ

インプラスを取り付けることで、今ある窓との間の空気層が断熱効果や防音効果を生み出します。また、アルミの約1/1000の熱伝導率の樹脂でできているため、高い断熱効果と防露効果を発揮します。

おすすめポイント② インテリアに調和する空間へ

リアルな質感や風合いを重視したカラー展開や、デザイン性の高いガラスをご用意しているため、ワンランク上の上質な空間を演出します。(インプラス for Renovation)



商品のお問合せは...

㈲高建ハウジング
福島市成川字上谷地64-6
024-572-7020
<http://kouken-housing.jp>
kenichi@kouken-housing.jp