



アサヒ ヒーローニュース

SQUARE

ASAHI Hero News スクエア AE²工法で驚異の安定経営アサヒ ヒーローマンション。賃貸経営をサポートするお役立ち情報

2008. 新春号

《目次》

新年ご挨拶 代表取締役:中川秀樹

社員旅行報告<韓国>

アサヒ ヒーローマンション入居者の皆様へ

社員紹介<管理本部スタッフ>

建築雑学

心理テスト

健康特集

編集後記



《特集1》 エリア実績でみる(橋本編)

「アサヒ ヒーローマンション」

《特集2》 オーナー様インタビュー

《特集3》 ヒーローマンション高性能の秘密
(二重サッシのお話し)



アサヒ ヒーローマンション入居者の皆様へ 快適な生活をしていただく為に

冬場に特に多く、窓ガラスの曇りや水滴が落ちる等、不愉快な「結露」。アサヒ ヒーローマンションでは、結露予防対策も万全です。

結露とは？

空気中に含まれている水分が、外部と室内の温度・湿度のバランスで、表面にでてくる現象を一般的に結露といいます。

どんな時に結露は発生するのか？

■室温を上げすぎていませんか？

隣室や外部との温度差が大きくなると、結露が発生しやすくなります。

■室内燃焼器具を使用していませんか？

ファンヒーターやストーブを使用する場合、灯油が燃焼した際に水分が発生します。

この水分が結露を発生させる原因になります。

(灯油1リットルを燃焼させると約1リットルの水が発生します)

■必要以上に加湿器などを使用していませんか？

室温が高いと乾燥感があるため、加湿器などで水蒸気を補うことがあると思われます。しかし、空気中の水分が多くなると結露は発生しやすくなりますので注意が必要です。

こんなところからも水分は発生します！

- 室内で干す洗濯物
(浴室乾燥暖房機付の場合の浴室内は除きます)
- 調理時のガスの燃焼
- 浴室使用後の扉の開け放し
- 人体

結露を防止するには？

■換気扇を回しっぱなしにする

水分を含んだ空気を外部に出すことで、結露を抑制できます。当マンションは、24時間換気を導入しておりますので、使用していただくと共に在宅中の空気の入替えを心がけていただくと、結露の抑制になります。

■燃焼機器の選択

灯油を使用するファンヒーターや石油ストーブは、結露を発生させやすくなります。極力、使用は避けてください。



すっきり
爽やか

アサヒ ヒーローマンションでの 結露防止対策設備



室内環境のめやす

結露抑制のための室内環境の目安は

**室内20～22℃の時に
湿度40～50%です。**

最後に、結露はこのほかにも、要因と種類があります。マンションに住まわれる方々に、快適に住んでいただけますように、以上のポイントを記させていただきました。アサヒ ヒーローマンションでは数々の結露対策を施していますが、入居者の方々には以上をご理解いただき、快適にお住まいくださいますようお願い申し上げます。

■24時間換気システム

浴室に24時間換気扇を設置しております。

■二重サッシ

断熱性能が上がり、結露を抑制できます。また、内側のサッシを樹脂製にすることにより、サッシ自体からの結露を抑制します。(外部のサッシは耐火建築物なのでアルミになります。)

■断熱ドア

玄関ドアの中に断熱材を充填しております。(耐火建築物の為、枠の部分は鉄製になっております。状況により結露水がつきますのでふき取りや換気をお願いします。)

心理 テスト

あなたが自転車に乗っている姿を想像してください。
どんな道を走っていますか？

テストの診断結果はP11まで

- A** 芝の道 **B** 土の道 **C** 砂利道 **D** アスファルト道



アサヒ ヒーローマンション9月の見学会 開催報告

「見て」「聞いて」「実感」「納得」のAE²工法見学会が、11月から12月にかけて開催されました。いずれも完成見学会で、多くの来場者をお迎えして、好評の内に終了いたしました。本年も、完成見学会、構造見学会等を予定しておりますので、皆様お誘い合わせの上、お気軽にご来場いただきますようお願い申し上げます。素敵なプレゼントをご用意してお待ちいたしております。

西つつじヶ丘 11月25日(日)



矢部マンション 11月23日(金・祝日)



由野台I様マンション 12月1日(土)2日(日)



地域情報 相模原に伝わる、照手姫の話

てるて

照手姫と小栗判官の物語
悲しくもハッピーエンドで終わる、往古の物語。
能や浄瑠璃などでも取り上げられ、今日でも相模原では能の上演が行われています。
散歩コースやお菓子、人形にも名を留めています。



いまから約600年前のこと。相模の国北部(現・相模原市)郡代・横山将監の娘照手は絶世の美女といわれ、その名は広く知られるところでした。

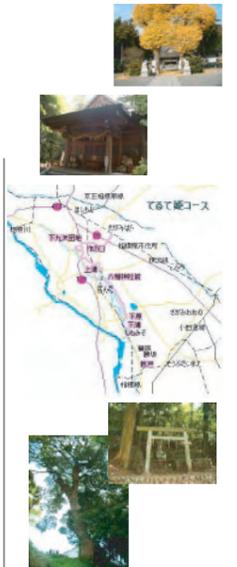


んま>大王の計らいで餓鬼阿弥という醜い姿でこの世に戻されました。藤沢の遊行上人に助けられ「熊野(現・和歌山県)湯の峰の薬湯に入れて元の身体に蘇らせよ」という胸札をつけ、土車に乗せられて、多くの善男善女によって引きつがれ、青墓のよるづやの前に着きました。照手は小栗とは知らず、亡き夫の供養にと、五日の暇をもらい懇願に土車を引きました。しかし、西近江の関寺まで来て五日間の期限が切れ、泣く泣く仕事に戻ったのでした。餓鬼阿弥は再び多くの人々の手で「えいさらえい、えいさらえい」と熊野まで引かれ、湯の峰の薬湯に四十九日間つかって元の姿に蘇ることができました。その後、めでたく再会した二人は常陸の国に戻り幸せな生涯を送ったとのこと。この物語は、室町時代から説経節、浄瑠璃、歌舞伎などで語り継がれています。



常陸の国(現・茨城県)武将小栗判官はこの話を聞き、横山の許しを得ぬまま強引に家来を引き連れて婿入りをしました。怒った横山は、毒酒を盛り小栗主従を皆殺しにし、我が子照手も同罪と牢輿に入れて相模川に流してしまいました。家来の情けで一命をとりとめた照手は、人買いの手から手へと売られ美濃の国青墓<おおはか>(現・大垣市)の遊女宿よるづやに買い取られ「常陸小萩」と名を変え、下働きの水仕女<みずしめ>として苦役に耐えていました。

一方、地獄に落ちた小栗は閻魔<えんま>



てるて姫コース
下九沢の御嶽神社から、田名、上溝、亀ヶ池八幡、下溝、磯部を通り、JR相武台下駅までの散策コースがあり、往時をしのぶハイキングコースとして有名。

アサヒ ヒーローマンションの標準仕様の二重サッシ 高気密・高断熱・高遮音

寒い地域では今や常識の二重サッシ。北海道仕様のアサヒ ヒーローマンションでは標準仕様となっています。その高性能の秘密とは…。

二重サッシは呼んで字のごとく、サッシが二重についています。よくペアガラスを勘違いをされる方がおりますが、ガラスが二重ではなく、サッシが二重なのです。

関東圏では珍しいこの二重サッシは北国では当たり前。私も田舎が北海道ですが、こちらに住んでサッシが一つしかない事が最初は驚きでした。この二重サッシにはいくつかのメリットがあります。1つめに断熱性。二重に層をもつことにより、外気を伝えにくくしています。2つめに防結露。冬場に効果を発揮しますが、外部のアルミサッシの結露は外気と室内の温度差等で発生をします。冬場にサッシの結露でカーテンが濡れる経験をお持ちの方は多いでしょう。二重サッシも外部側のアルミサッシは結露をしますが、室内側の樹脂サッシは結露しいにくい状態になります。その為、結露でカーテンが濡れるなどの状況は起きづらくなります。そして3つ目に遮音性です。入居者様アンケートから見てもこの遮音性は効果ありです。この遮音性について少し詳しく説明をしたいと思います。

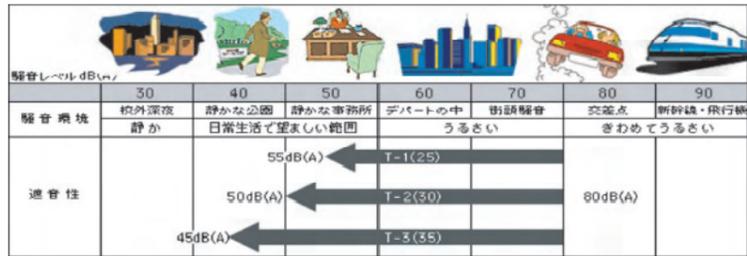


遮音性とは室外から室内へ侵入する音、室内から室外へ漏れる音をどれくらい遮ることができるかを表す性能です。室外の騒音レベルから、サッシ、ドアセットの遮音性能値を差し引いたものがおよその室内の騒音の大きさとなります。遮音性は、周波数毎にどれくらい音を遮ることができるかを基準とした等級で表し、周波数毎の測定値はdB(デシベル)で表されます。(空)

アサヒ ヒーローマンションの二重サッシは等級がT-3になります。

T-3の場合は外部の騒音が80dBあるとすると、35dB下がることとなりますので、室内では45dBになります。身近にある静かな公園というイメージ、持たれるとわかりやすいと思います。

○遮音環境の目安



○遮音性の等級

遮音性には、JIS A 4706:2000、JIS A 4702:2000の規定により下表の等級が決まっています。

遮音性等級	T-1	T-2	T-3	T-4
遮音等級線	T-1等級線	T-2等級線	T-3等級線	T-4等級線
旧遮音性等級	25	30	35	40

ポイントチェック

見学会等で二重サッシは開け閉めに不自由!といわれる方がいらっしゃいますが、入居者様のアンケートからは不自由と感じている方は少ないようです。開閉頻度から考えてもそのように受けとれます。

用語の説明

音圧レベル dB(デシベル)

音を物理的(エネルギー的)に測る時の尺度です。音波は空気に対して、微小な圧力変化をおこします。日常の会話は約60dBの音圧で、歌手の最も大きな声は100dBの音圧にもなります。

周波数 Hz(ヘルツ)

音は、振動です。1秒間の振動数を周波数といい、振動数が多い(高周波数)ほど高い音になります。人間が耳で感じている音の範囲は約20~20,000Hzと言われています。例えば、ラジオの時報のピピッは440Hzでピーンは880Hzです。

特集3

アサヒヒーローマンション 高性能の秘密

●社員紹介●管理本部

Professional 10

今回の社員紹介は、アサヒヒーローマンションの「世話房?」。管理本部のスタッフをご紹介します。



管理本部 萩谷 彰彦 B型

- 出身地:神奈川県横浜市
- 家族構成:妻、子供二人
- 趣味・特技:読書、スポーツ観戦
- 夢・目標:秘密です
- 自分の性格:楽観的な性格
- 仕事で心がけていること:効率的に仕事をする
- ひとこと:良い運営を常に考えて仕事をしていきます

管理本部 杉山 哲史 B型

- 出身地:香川県
- 家族構成:妻、娘
- 趣味・特技:将棋
- 夢・目標:秘すれば花(花伝書)
- 自分の性格:自然体
- 仕事で心がけていること:先を予見すること
- ひとこと:調和

管理本部 菅原 静江 A型

- 出身地:神奈川県
- 家族構成:夫、自分
- 趣味・特技:バイク(ツーリング) フラワーアレンジ
- 夢・目標:バイクで日本一周!!
- 自分の性格:前向きかな~
- 仕事で心がけていること:全力
- ひとこと:オッパッピー~!!

管理本部 高橋 昌宏 B型

- 出身地:東京都
- 家族構成:両親、姉、妹
- 趣味・特技:野球、ゴルフ スノーボード
- 夢・目標:幸せな家庭を築くこと
- 自分の性格:頑固、負けず嫌い
- 仕事で心がけていること:作業時間を早く、正確に
- ひとこと:頑張ります

管理本部 川島 正樹 O型

- 出身地:東京都
- 家族構成:妻、娘
- 趣味・特技:サーフィン (ロングボード)
- 夢・目標:老後は海の家を経営
- 自分の性格:せっかち
- 仕事で心がけていること:速く正確に
- ひとこと:何とかなるさ

管理本部 相澤 宏之 A型

- 出身地:東京都
- 家族構成:ひみつ
- 趣味・特技:読書、映画鑑賞
- 夢・目標:自給自足の生活
- 自分の性格:几帳面
- 仕事で心がけていること:正確な作業
- ひとこと:メタボが気になります

管理本部 石倉 寛子 AB型

- 出身地:神奈川県
- 家族構成:父、母、姉
- 趣味・特技:ピースで小物やアクセを作る事
- 夢・目標:少しずつ経理の仕事覚え、ミスを少なくすること
- 自分の性格:涙腺が弱い 落ち込みやすいけどすぐ立ち直る
- 仕事で心がけていること:あわててミス連続なので、落ち着いて仕事をする事
- ひとこと:入社したばかりで、わからない事だらけですが前向きにがんばりたいです

管理本部 山崎 明日香 O型

- 出身地:東京都八王子
- 家族構成:夫、自分
- 趣味・特技:単車、ドライブ
- 夢・目標:犬を飼う
- 自分の性格:忘れっぽい、飽きっぽい、金星人(一)
- 仕事で心がけていること:確認をする
- ひとこと:元気な子を産みます

管理本部 瀬戸 麻衣子 O型

- 出身地:埼玉
- 家族構成:父、母、兄
- 趣味・特技:読書
- 夢・目標:役割を全うすること
- 自分の性格:小心者
- 仕事で心がけていること:与えられた仕事を確実にすること
- ひとこと:これからも頑張ります

管理本部 宮崎 亜希子 A型

- 出身地:神奈川県相模原市
- 家族構成:父、母、兄2人
- 趣味・特技:ショッピング
- 夢・目標:英語を話せるようになってカリフォルニアでイルカと泳ぐ
- 自分の性格:熱しやすく冷めやすい
- 仕事で心がけていること:元気に大きな声で返事をする事
- ひとこと:何事も頑張りますので宜しくお願い致します



▲手前が2棟目、奥が1棟目

特集 2

オーナー様 インタビュー

Owner Interview

オーナー様の想像以上の出来! 個性が生きる…

■カーサ デ ミシェール
■レジデンス プラウド オーナー様:Y様・H様

すっかりおなじみとなったアサヒ ヒーローマンションのオーナー様インタビュー。毎回ご登場いただくオーナー様から様々なご指摘や示唆に富んだお話を伺い、また共に喜び共感するなど、本当に楽しく勉強になる時間を過ごさせていただいています。今回のインタビューは姉弟で2棟のアサヒ ヒーローマンションをお建てになったY様とH様。これまでと若干趣向を変えさせていただいて、ご質問に対するご回答をそのまま載せさせていただきました。

インタビューア:大空・金田(朝日建設株式会社)



▲2棟目のエントランス オーナー様のお気に入り

Q1 賃貸マンションを建てる前の土地の状態は

オーナー様ご自身が経営されている、染物工場。



▲カーサ デ ミシェールの銘板

Q2 朝日建設との出会いは

ご両親の染物工場の土地の一部を有効活用しようと考えていた際、銀行に相談したところ、朝日建設を紹介されたそう。以前からいくつもの建設会社の訪問があったようですが、実際にプランを立てたところ、プラン内容、資金面、実際の建物を見て、朝日建設を選んで下さったそうです。オーナー様から一番の決定理由は、会社全体が「住む人、オーナーの立場に立って考えてくれている事が伝わってきたから」という私たちにとってとても嬉しい言葉を頂きました。



▲2棟目

Q3 完成したときの気持ちを教えてください

お金をかければよいものができるのは当たり前と思っていたようですが、現実の予算は限られているもの。その予算の中でどれだけのものができるか心配もあったようです。しかし、建設中も現場所長がオーナー様の立場、入居者のことを考えて工夫をしながら工事を進めてくれた事で信頼出来るようになり、最初の不安は無くなり、完成が待ち遠しかったようです。そして、完成物件を見たときには、オーナー様の想像以上のものが出来たということで完成から4年経った今もとても喜んでくださっている様子が伝わってきました。



▲1棟目

Q4 土地活用を考えている方へのアドバイス

良い建設会社、現場担当を見つけること。お金をかければかけただけの建物出来るのは当たり前。しかし、良い出会いをする事で現実の状況から、いくらでも良い建物は建てられます。自分の目で確認して納得のいく関係を築くことが大切です。との事でした。

インタビューを終えて

今回インタビューをさせていただいたオーナー様はご自身の経営されている工場の敷地内にご姉弟で2棟のヒーローマンションを建てて下さっています。2棟ともオーナー様の個性の見られる物件に仕上がっており、インタビューアがみてもステキなマンションでした。オーナー様お勧めの玄関のモザイクもとてもきれいで印象的なものでした。年末でお忙しい中の訪問にも関わらず、快く受けくださり本当にありがとうございました。



▲2棟目のエントランス



本年も よろしく お願いいたします

新年、明けましておめでとうございます。
つつがなくあたらしい年を迎えられましたのも、オーナーの皆様、入居者の皆様、協力会社の皆様のおかげと、社員一同感謝いたしております。
新年が皆様にとりこれまで以上に輝かしい年となりますことを心よりお祈り申し上げます。
弊社が常に心がける「何よりも、お客様のご満足を第一義に考え、そのために行動する」というポリシーを、本年も一層精力的に推し進めていく所存でございます。このポリシーの実現こそが、皆様と私たちを繋ぐ最も太いパイプであり、すべての方々の幸せに結び付く道と考えるからです。
建築・住宅供給状況は徐々に厳しくなっていますが、世相に負けることなく、より一層の精進により、皆様のご満足以に奉仕できますよう努力致しますので、本年も絶大なるご支援をいただきますよう、謹んでお願い申し上げます。

代表取締役 中川秀樹

景福宮にて 中川社長

社員旅行報告 韓国旅行 歴史と味を満喫した3日間

朝日建設では10月28日～30日、10月31日～11月1日の期間に社員旅行として、大韓民国(韓国)に行ってきました。
ここでは編集担当者金田が参加した第一班(10月28日～30日)の旅行の様子をお伝え致します。



チャングムの誓い

朝7:00に羽田空港に集合!2泊3日という短い期間での旅行のはずがほとんどの社員が大きな荷物を抱えてロビーに…。興奮状態の社員達を乗せたJL8831便は8:20日本出発…。機内では韓国のパンフレットを広げてみている人や、これからの旅に備えて体力温存と称して爆睡する人も、多くの社員が機内でのスチュワーデスさんの対応に大満足している様子でした。
そんないつもと様子の違う社員を乗せた飛行機はなんと2時間10分で大韓民国(韓国)金浦(きんぽう)空港に到着!!



景福宮



南大門市場

沢山の観光地を見学しましたが、景福宮は李成桂が1395年に建てた王朝の宮殿。韓国ならではの王族のしきたりが建て方からもわかり文化財も沢山ある観光スポット。ガイドさんから色々教わりながら見学しました。中には、さすが建設会社社員!建て方が気になって写真に夢中な人もいたり…。
帰国前のおみやげ屋さんでは皆キムチ選びに没頭し、全員で店内をうろろろ…。楽しい時間はすぐに終わり空港へ向かう時間に…。3日間お世話になったガイドさんと写真撮影。ガイドさんのおかげで全員無事に過ごせ楽しい旅行になりました。
旅行を終え仕事に復帰した社員達でしたが、皆なかなか韓流が抜けず大変だったようです。また来年も社員一同、お客様の夢を実現させる為一生懸命頑張っていくと思っておりますのでよろしくお願い致します。



統一展望台にて 国境の緊張感を味わいました

特集
1

エリア実績でみる
「アサヒヒーローマンション」

アサヒヒーローマンション建築実績特集 相模原市の建築実績Vol.2

相模原・橋本エリアは、相模原市内でも着工件数の多いエリアで、充実した仕事をさせていただきます。



< 相模原・橋本方面エリアから >
158棟3,021世帯 (2007.12.20現在)
アサヒヒーローマンション全体実績



サンライズステージ清新
2LDK/64戸



ラフォーレ参番館・伍番館
2LDK/6戸



Stella Hashimoto
1LDK/12戸



葉月巻番館
1K/15戸



エスポワールA
2DK/8戸



ステーションパレス
1K/8戸



ルレーヴィ下九沢
2LDK/10戸



CORAL橋本台
1K/9戸



ヴィーナスホワイト参番館
1K/6戸



ヤジマビル オーナー室・
店舗・1K/4戸



グランメール
1K/11戸



Casa Cefiro
1F店舗・1K/9戸



Fragrante
店舗・1K/16戸

アサヒヒーローマンション ミニ・ニュース アサヒwebリニューアル・24時間テレビ募金に参加

アサヒヒーローマンションと朝日建設株式会社のちょっと嬉しい話題とニュースをお届けします。ここからはリラックス・タイム。



webトップ・クリスマスバージョン

アサヒヒーローマンションのホームページがリニューアルされました。常にご覧になる方が見やすく、ためになる情報をお伝えするため、今後も積極的にリニューアル・更新を続けていきます。



24時間TV募金トップページ

24時間テレビ「愛は地球を救う」募金に朝日建設株式会社が参加。社会還元の一環です。少しでも社会に貢献できますよう、今後も積極的に社会活動に参加していきたいと思っています。

■年▲末▲恒▲例▲ 朝日建設と協力会社様の忘年懇親会開催

12月6日(木)
町田エルシーに於いて朝日建設と、普段お力添えをいただいている協力会社の方々との忘年懇親会が盛況のうち開催されました。



中川社長挨拶(短め? で、好評!?)

ショーで特に盛り上がったのが、歌手・前川清の「そっくりさん」<後川清>とホットファイブのトークショート歌謡。後川清さんの容姿、身振り・手振り、物言い、そして歌は、本家前川清にまさに「そっくり」! 出席者の中には最後まで本物と勘違いされた方もいらっしゃいました。



最後は全員の「武田節」合唱

懇親会は、和やかな雰囲気の内に進められ、社長挨拶、オーナー挨拶、アトラクション、ショーなどで大いに盛り上がり、最後には、出席者全員で武田節を合唱…。2007年の努力を讃え合い、2008年の更なる協力とお互いの健康・繁栄を誓い合って賑やかに幕を閉じました。



ショーのハイライト、後川清のものまね

■建▲築▲雑▲学▲ ちょっと「お利口」になるコーナー

1. 言葉の勉強(語源探索) 子はかすがい

「子はかすがい」とは、「夫婦げんかをして、子供がいると離婚までには発展しないもの…」という意味のことわざであることはご存知の方も多と思います。で、その「かすがい」ですが、この字形をした釘で、柱のつなぎ目などが離れないように打つ金具が、そもそもの由来です。木造(軸組み工法)の現場を見ることがありましたら「かすがい」ということばを思い出してください。そしてどこに使われているか、どんな役割をしているか、目で見て確認してください。きっとその意味を噛み締める事が出来ると思います。



2. 伝承の科学 桐の筆筒(タンス)は何故いいのか

昔から、タンスといえば桐が最高級品と相場が決まっています。その理由の第一は火事に強いことにあります。安政年間(1854~60年)には江戸で大火事が起こりました。神田では山のように持ち出されたタンスや長持が飛び火をかぶり、火の海になるという惨事になりました。このときに桐でつくられたタンスだけは、外側は真っ黒に焼け焦げても、中の衣類は無事だったのでその後、江戸では桐のタンスが大流行したのです。桐は内部に細かい空洞をたくさん持っているので熱伝導が悪く、燃えにくいのです。また、水をかけると水分を吸収して膨張して引き出しの間隙をぴったりと閉ざして中の衣類を守ります。ちなみにタンスの数の数え方って「ひとさお、ふたさお」って云うんですね。



ペット特集
うちのご自慢! ご家族ペット

Tさん家のジル君 編集担当者の家のミク Kさん家の小鉄君

心理テスト 診断結果

どんな道を走っているところを想像したかによって
今のあなたに一番のストレス解消法を占います。

- A 芝の道**
自分の趣味に没頭することで。頭の切り替えが上手なタイプですので、ストレスがたまってうまく解消していただけます。
- B 土の道**
あなたのストレス解消法は、ゆったりとした時間の中でのんびりする事です。音楽を聴いたり、映画を観たり一人の時間をゆっくり過ごしましょう。
- C 砂利道**
習いごとや講習会に足を向けるなどして、別の目的や目標を見出すことで、嫌なことを忘れてストレスを解消できるでしょう。
- D アスファルト道**
あなたのストレス解消法としては、大人数での飲み会やカラオケボックスなどが一番向いているでしょう。パーッと騒いで、パーッと忘れることです。

健康特集
あなたは、大丈夫?

くしゃみ、鼻水、鼻詰まりといった症状に悩むスギ花粉症だが、意外な落とし穴が睡眠時無呼吸症候群。睡眠中、鼻詰まりから呼吸が止まりやすくなる。流行期を前に、注意点を記し皆様のお役に立てればと思います。

スギ花粉症の落とし穴
一過性の睡眠時無呼吸症の誘因は?

- 日常生活に支障
睡眠時無呼吸症候群は、睡眠中に繰り返し呼吸が止まってしまう病気。10秒以上の呼吸停止が1時間に5回以上起こると睡眠時無呼吸症候群と診断されるが、そのたびに脳が覚醒(かくせい)するので、日中に眠気や頭重感などが起こる。このため日常生活に支障を来すばかりか、交通事故を起こす危険性もある。主な原因は上気道の狭窄(きょうさく)で、肥満、へんとう肥大や鼻アレルギーがあると起こしやすい。特にこれからの季節は、スギ花粉症による一過性の睡眠時無呼吸症候群が増える時期です。一過性といっても、スギ花粉の飛散は2カ月ほど続く。ひどい場合は「地獄の2カ月」という患者もいる。スギ花粉症は、くしゃみ、鼻水、鼻詰まりが主症状だが、鼻詰まりが強いほど重症度が高い。くしゃみや鼻水は薬で改善可能なのに対し、鼻詰まりは薬の効果が出にくい。
- 飛散前に治療を受けて
スギ花粉の飛散期は、受験シーズンとも重なる。スギ花粉症だけでも大変なのに、さらに睡眠時無呼吸症候群を起こすと、悔いを残す結果を招きかねない。スギ花粉症を軽視する人もいるようだが、単に花粉症にとどまらないことを理解し、既往歴のある人は、スギ花粉の飛散する2、3週間前に耳鼻咽喉科を受診し、抗アレルギー剤による予防的治療を受けておきましょう。発症しても軽くて済みます。一方、スギ花粉の飛散期には、日常生活で次のような点に留意するとよい。
- できるだけ日中の外出を控える
- 外出に際しては、スギ花粉が付きにくい素材の衣服にし、マスクとゴーグルを利用する
- 帰宅時には、家の外で衣服を払ってから入る
- 帰宅時に洗顔、手洗い、うがいをするとともに、鼻をかむ
- 室内の掃除は小まめにし、布団や洗濯物はなるべく室内に干す
- 飲酒は粘膜を充血させ、鼻詰まりを強めるので控える

編集後記

明けましておめでとうございます。突然ですが皆様にとって2007年とはどのような年でしたか? 私にとっては初めての事が沢山あり、学びの1年だったのではないかと思います。建築の事を何一つ知らない中、この「アサヒヒーローニュース」の担当になり、オーナー様のインタビューに行ったり、マンション経営の事を勉強したり充実した日々を過ごす事が出来ました。オーナー様の一言ひと言がとてども勉強になり、今までに経験したことのない事を知ることができ本当に良い1年になったと思います。2008年は昨年学んだ事を活かすと共に、より成長できるよう勉強を続け、飛躍の年にしたいと思っています。さて、今回のアサヒヒーローニュースはいかがでしたか!?今回は、より朝日建設を知って頂くこと、社員旅行からショールームリニューアルと幅広い情報を掲載致しました。これからも皆様の興味の湧くような1冊にしたいと思っていますのでどうぞお楽しみに! 本年もどうぞ宜しくお願い致します。(Megu)

ASQUARE
表紙にお子様・お孫様、あるいはお気に入りのペットなどの写真を載せませんか? 皆さんご自慢のお子様・お孫さんを撮った写真などをお寄せください。ペットも可。表紙に掲載いたします。名作? 普通作? どしどし応募ください。応募された方にはヒーローニュース特製の記念品をお贈りいたします。ご応募は下記へ。
読者写真募集係E-mail: info@asahi21.co.jp (担当は金田まで)

AE²工法で驚異の長期安定経営
アサヒヒーローマンション
鉄筋コンクリート造 高性能・省エネ賃貸マンション

ヒーローマンションの朝日建設 | 検索 <http://www.asahi21.co.jp/>



アサヒ ヒーローマンション

ショールーム華麗にリニューアル!

Show Room Renewal

業界初と話題のアサヒ ヒーローマンション・ショールーム(相模原、横浜)が、この度リニューアル・オープンしました。いずれも、より見やすくわかりやすくをテーマに改装され、モデルルームの間取りや内装も最新のものになっています。この機会に是非お気軽にお越しください。



新装1Kタイプ・モデルルーム



新装2LDKタイプ・モデルルーム



ショールーム外観



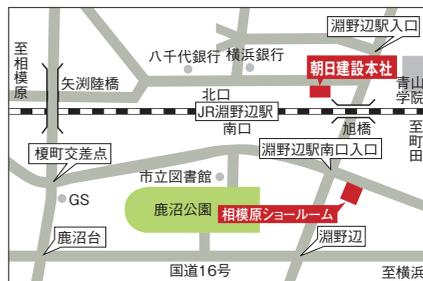
最新バスルーム(2LDK)



相模原ショールーム

〒229-0034
神奈川県相模原市共和4丁目1番3号

■お問い合わせ
042-730-1377



新装1LDKタイプ・モデルルーム



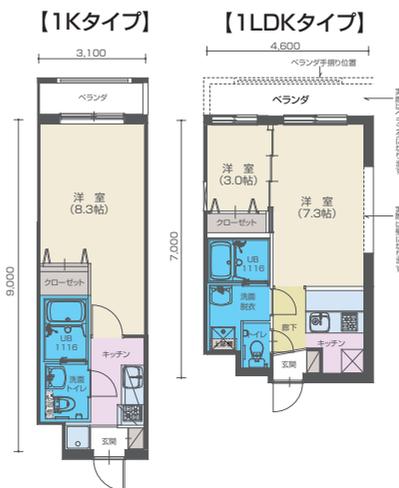
新装1Kタイプ・モデルルーム



ショールーム外観



1Kタイプ・キッチン



横浜ショールーム

〒220-0004
神奈川県横浜市西区北幸2丁目8番4号
横浜駅西口 KNビル1階

■お問い合わせ
045-290-8411

