

もくもくねっと

4月を迎えると、春の陽気で暖かくなり、木々や花など新たな季節の息吹を感じることが出来ますね。気持ちも新たに、様々なチャレンジや可能性に向けて前進していく良い機会です。心身ともにリフレッシュし、充実した日々を送りましょう。

花粉症の季節到来 (☹️) 予防と対策 (☹️)

花粉症は、植物が花粉を放出する季節に起こるアレルギー反応の一種です。体内に花粉を取り込まないようにすることが、花粉症予防の第一歩!!



- 1.マスクの着用:** 外出時には特にマスクを着用することで花粉の吸入を防ぎます。
- 2.室内清掃:** 室内の掃除を定期的に行い、花粉を取り除きます。特に布団やカーペットなど、花粉がたまりやすい場所を重点的に清掃します。
- 3.抗ヒスタミン剤の利用:** 薬局で入手可能な抗ヒスタミン剤を利用して、花粉症の症状を軽減します。

春の旬 たけのこ (筍) を食べよう!!

春になり、筍が美味しくいただける季節となりました。竹かんむりに旬と書く「筍 (たけのこ)」は、4~5月の旬の時期に食べるのが、最も美味しいといわれる春の風物詩です。不溶性食物繊維のセルロースが豊富な筍は、便量の増加や消化管通過時間の短縮を促し、便秘や大腸がんの予防にも効果的です。また、カリウムが多く、塩分の排出を促し、高血圧予防に期待できます



『住宅省エネキャンペーン 2024』

断熱窓への改修促進等による住宅の省エネ・省CO2加速化を支援する『**先進的窓リノベ 2024 事業**』高い断熱性を持つ窓へリフォームすると補助金が交付されます。そして今年は窓のリフォームと一緒にドアのリフォームをすると、ドアのリフォームでも補助金が交付されます。また、『子育てエコホーム支援事業』との併用もできます。窓のリフォームで暖かなお部屋になり、さらに補助金を活用してお得にリフォーム出来るのは嬉しいですね。ぜひこの機会にご検討されてみてはいかがでしょうか？
気になる方、お気軽にお問い合わせください。



おうちの安心&安全 (ホームセキュリティ)

(有)渋谷木工所は **ALSOK 取扱店**

となっております。近年高齢者の単独・夫婦のみ世帯増加に伴い、家庭内事故が懸念されます。見守りサービスとして、

ALSOK の HOME ALSOK みまもりサポート をご紹介させていただきます。基本サービスは↓↓↓

- ① **すぐに駆けつける (ガードマン緊急対応)**
- ② **相談できる (ヘルプセンターへ相談)**
- ③ **緊急情報の登録 (持病・かかりつけ医院)**

大切なご家族の安全と安心の為、ご検討してみてください。



壁を壊さず、かんたん窓交換リフォーム!!暑さ寒さをスピード解決!!

今ある窓枠に新しい窓をかぶせて取付ける**カバー工法**で、窓をスピード交換。古い窓を、新築にも使われている最新の樹脂窓へかえて、住まいの断熱性をアップ。窓の断熱性を高めると、家の中が冬は暖かく、夏は涼しくなり、いやな結露の抑制や冷暖房費の節約にもつながります。



有限会社渋谷木工所・MADO ショップ御殿場古沢店



御殿場市古沢 175 TEL70-9177 FAX70-9179 小山町菅沼 653-2 TEL76-4477 FAX76-1169