リフォーム・ホームレスキュー

# 国・実・通・信

NO.132号
3月29日 発行号
編集 国実女子部

くにみ
国実
佐久市中込3611-178
TEL.0267-64-1822
国実 検索

# リフォームに健康という新技術

## 60才からの健康ライフ

## 国実の『リフォームさん』で長寿社会に備えましょう

最近あちこちで耳にすることが多くなりました。

誰もが１００年というわけではありませんが、90才は当たり前の社会になるのではないでしょうか。

しかしここに、ちょっと怖いデーターがあります。

（平成25年厚労省）の調べによると、健康寿命は、男 71才、女74才となっています。つまり日本人の大部分が平均寿命までの10年間、あまり健康でない状態で生活している事になります。

そんな中、最近注目されているのが健康を維持するための住環境の改善です。

「温度・光・風・空気・動線」のこれら5つの環境要素を見直すことが健康長寿社会への備えとされています。

１００才人生、考えれば気の遠くなるような話でもリフォームする、しないに関係なく、まずは10年後の自分を想像してみて下さい。

その時自分を暖かく包み込んでくれるのは、５つの環境要素を備えた住環境だと思います。

まずは計画から、お気軽にご相談下さい。

### この様な事でお悩みの方に

○ヒートショックが心配 ○介護が必要な時どうするか ○段差がある ○動線の不具合 ○物が溢れてる ○今の場所で健康で、暮らしたい ○寒い実家で暮らす親が心配 …などなど

光、温度、風、空気、動線がバランスよく融合したLDK。[illegible]

[illegible]

仏壇、神棚の開閉式。仏壇のサイズはW-900×H-750×D-500mm

[illegible]

ホーローパネルを床と壁面に張り、お掃除がとても楽に！

[illegible]

リフォームさん
Reform-san

## 健康長寿のための基本設計

- ●お手入れ、掃除がしやすい。
- ●エリア選択による気密、断熱性能アップ。
- ●ストレスフリーな住空間。
- ●無垢材を、一定の比率で使用。
- ●将来を見据えた寸法計画。
- ●省エネ暖房設備提案。
- ●水廻り器具の入れ替え。
- ●屋根、樋、外壁、設備配管の点検。
- ●住宅内事故防止に配慮。
- ●プチ菜園とミニ植栽のすすめ。
- ●どう仕舞うのではなく、どう出しておくかの収納計画。
- ●ペットと見つめ合える環境整備。

などなど…

女性設計士による決め細かな聞き取りと、インテリアコーディネーターによる、失敗しない飽きのこない提案力が自慢です。

### 「リフォームさん」ご利用のお客様は

工事完了からが本当のお付き合いという事で、当社コミュニティ施設【国実分校】で毎月開催されるイベントの案内を送らせていただいております。

合わせて、住まいの通帳による保守管理を行います。

生活セミナー
季節イベント
コミュニケーション
文化教室
DIYイベント
健康教室
カフェ

▲住まいの通帳