

復興支援・住宅エコポイント対象製品
防音・断熱内窓インプラスで お手軽・簡単 インプラス

お悩み解決リフォーム!

ご存知ですか? 住まいの断熱・遮熱性を高めることが**節電**につながります!

強い日差しでお悩みの方

夏の冷房時 熱が入ってくる割合 **窓 71%**
 その他、屋根、床、壁等合わせて 29%

こんな暑いお部屋も!
 家具の色あせ
 かさむ冷房費

インプラス遮熱タイプなら
強い日差しを軽減します!

インプラス遮熱タイプを使用することにより、外からの日差しや紫外線をカットすることで冷房効率を高めます。
 ※遮熱高断熱型Low-E複層ガラス仕様

日差しを **58%** カット!
 紫外線を **81%** カット!
 インプラス遮熱タイプ

寒さ・結露でお悩みの方

冬の暖房時 熱が逃げ出す割合 **窓 48%**
 その他、屋根、床、壁等合わせて 52%

こんな寒いお部屋も!
 寒い
 カビ・ダニ発生
 結露

インプラスなら
寒さ・結露を軽減します!

取付け前 外窓のみ (単板ガラス3mm) → 取付け後 外窓+内窓 (インプラス)
 ■冬の窓の室内側表面温度の比較 (トステム社内実験結果) 青いほど温度が低く、赤いほど温度が高いことを示しています。

こんな窓のお悩みも、**インプラスでまとめて解決!!**
 1窓あたり約1時間で取付OK

騒音でお悩みの方 **-40dBの防音効果**
 ※2

光熱費が気になる方 **年間冷暖房費 10,040円節約!!**
 ※3

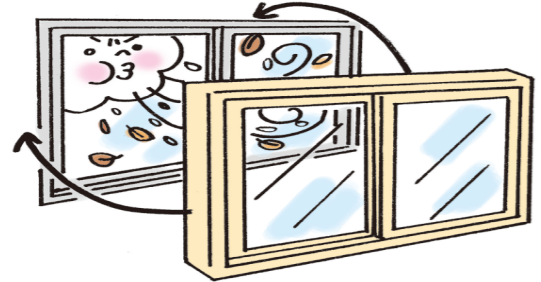
よごれが気になる方 **ホコリがつきにくいから、お手入れ簡単!**
 ※3

インプラスで復興支援・住宅エコポイントがもらえます! 2011年11月21日～2012年10月31日 着工分まで

上限 30万ポイント もらえます!
 1ポイント=1円相当

●ポイント交換対象商品
 ●省エネ・環境配慮製品
 ●環境寄附
 ●被災地への義援金・寄附
 ●被災地の商品券等
 ●被災地の産品・製品

●追加のリフォーム工事費用にも使えます。
 ●ポイント交換対象商品は「環境」と「被災地支援」に重点化されます。
 ●「被災地支援」にポイントの半分以上を充当します。 ※詳細はお気軽にお問い合わせください。



見積もり・お問合わせはお気軽にお電話下さい。
フリーダイヤル：0120-82-0406
LIFA
 人も住まいも、育ちます。 INAX
ライファ小倉北
担当：大井・松本



ライファ小倉北のふれあい情報誌



INAX LIFA
 リフォーム
ライファ小倉北
www.inax-reform.com

豊かなくらし

2012年 1月号



あけましておめでとうございます。
 平成24年(2012年)・辰年が始まりました。
 今年も昨年に引き続き「絆」が大切な年だと感じてます。これまでも、人と人との絆を大切に参りましたが、更に出会いに感謝し大事に繋いで行きたいとおもいます。
 本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

LIFAでは、ご満足頂ける工事やサービスを提供できるように、リフォームが終了した全のお客様に、接客や工事の品質に関するアンケートの記入をお願いしております。
 昨年に実施されましたお客様満足 (CS) コンテストで、私どもLIFA小倉北が高い評価を頂き全国『1位』となりました。
 これもひとえに、皆様のお陰です。本当にありがとうございます。
 皆様より頂いたアンケートでのお言葉は、私達にとって大切な宝物です。
 これからも、更にサービスの向上に励みたいと思います。
 何卒、宜しくお願い致します。

今年初めてのフェアのお知らせです。

LIXIL小倉ショールームにて、「新春あったかフェア」を開催します。
 楽しいイベントや特典をご用意しております是非、遊びにいらして下さい。

LIXIL小倉ショールームにて!
1月21日・土曜日 10時～16時

お住まいの事、何でもご相談ください。

〒802-0076
 北九州市小倉北区中島1-17-6
 ☎ 093-531-4111
 営業時間 午前10時～午後5時
 定休日 毎週水曜日(祝日の場合は営業)
 夏期・年末年始



冷え対策にウォーキング!

～血液の循環をよくして
「冷え」を撃退!～

「冷え」には湯たんぽやカイロで手足を温めるのも有効ですが、根本的な解決とは言えません。運動で血行をよくして「冷えにくい体」を目指しましょう。



❖歩いて血行をよくしましょう

「冷え」の原因の1つは血行不良。心臓から遠い下半身などは、血流の勢いが弱まりがちなので、冷えやすくなります。そこで下半身の筋肉を鍛えると、筋肉が伸縮する力で、血液の循環を助け、血行が促進されます。いつでも始められて、体への負担も少ないウォーキングは、下半身を鍛える手軽な運動として最適なのです。

❖こんなウォーキングは効果なし?

「日ごろから歩いているのに、冷え症が治らない」という人は間違ったウォーキングをしているかも。

例えば靴が小さかったり、狭い歩幅で歩いていませんか? 合わない靴で足を締めつけると血流が滞り、逆に冷えを招いてしまいます。

歩き方も間違っていると、きちんと効果が出にくいもの。下記のポイントを押さえて、改めてウォーキングにチャレンジしてみましょう。

❖正しいウォーキングのポイント

足の付け根から踏み出すようにして、大股で歩きましょう。

背筋は伸ばして、姿勢をよく。

かかとから着地し、足裏全体を使います。

内腿に意識を集中させます。



お気軽にご相談ください。無料でお見積致します。

INAX LIFA
リフォーム

●LIFAホームページアドレス
<http://lifa.inax.co.jp>

ライフア小倉北 (株式会社不動産プラザ)

ハッピーリフォーム
☎ 0120-82-0406

〒803-0844 北九州市小倉北区真鶴1丁目12-11
●TEL 093-562-7077 FAX 093-562-7155
●営業時間 9:00~18:00 定休日/水曜日・祝日
●URL <https://www.inax-reform.com>



作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

《黒豆の豆知識》

黒豆は、大豆の品種の一つです。黒大豆、ぶどう豆とも呼ばれており、代表的な品種として、兵庫県篠山市付近で育成された「丹波黒」が有名ですね。

8月頃に、品種により異なる薄桃色・薄紫色・白色の花を咲かせ、9月～10月頃に莢(さや)に実をつけ、だんだんと黒く色づきます。最近では、実が黒く色づく手前の10月頃に収穫される枝豆が人気です。

主に煮豆にして食べますが、労苦をいとわず物事に励むさまや、体の丈夫なことを「まめ」と呼ぶことから、これからの一年をそのように過ごせるように、縁起物として正月料理には欠かせないとされています。

加工食品としては、きな粉・煎り豆・納豆・豆腐など一般的な大豆と同じく各種ありますが、ココア・コーヒー・ジャム・甘納豆などもあり、スーパーなどで購入することができます。

ほんとに簡単!
すぐできる!

黒豆きなこ

お正月の残りの黒豆で、簡単に作れるお茶うけはいかが?



- 1 きな粉と砂糖、塩を合わせておく。
- 2 煮汁を切った黒豆にきな粉をまぶして、器に盛る。

▶材料 (2人分)	
黒豆煮	100g
きな粉	適量
砂糖	きな粉よりもやや少なめ
塩	少々

※黒豆が甘いので、きな粉の砂糖は通常よりも控えめに。

知っているとオトク!

暮らしの知恵袋 その1

二日酔いに効くツボ

二日酔いで辛い時には、期門(きもん)というツボを押してみましょう。期門は、乳首の真下と肋骨が交差する場所にあります。両手を当てて包みこむようにし、上下に優しくマッサージしてみましょう。身体を前かがみにし、息を吐きながら20～30回ほど揉むと、不快な気分がやわらぎます。



二日酔いで辛いなあと感じた時に、トライしてみてください!

