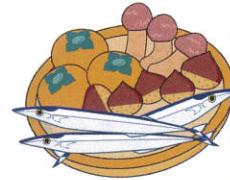




秋って、どうして
食欲がわくの??

豊かに実った野菜や果物が収穫される秋。
旬の魚は脂がのって、味も栄養もピークに達します。
秋の味覚が食卓に並ぶと、「四季が豊かな日本に
生まれて良かった」と、しみじみ思いますよね。
ダイエットのことを忘れるぐらい、食欲がでてくるこの季節。
それではなぜ、そんなにも食欲がわいてくるのでしょうか?



①夏バテの回復

夏は発汗や、体内のほてりを押さえるために、
ついつい冷たい飲み物ばかり飲んでしまいがちです。
そうすると、水分だけでお腹が一杯になってしまったり、
冷たい食べ物や飲み物のとりすぎで胃腸が弱ってしま
たりと、夏バテの原因に。ですが、秋になると暑さで
弱っていた体力が回復し、消化器官も正常の働きを取り
戻すので、食欲が戻ってきます。



②味覚の記憶

美味しいそうな食べ物が目の前にあると、
以前食べた味や記憶がよみがえり、
食欲中枢が刺激されます。私達は、
秋の食べ物が美味しいということを経験上知っているので、
旬の食材を目の当たりにすると、自然と食欲が沸いてくるのです。
秋だから食欲大盛になるわけではなく、美味しい秋の食材が、
食べたい気持ちを引き起こすのですね。

③寒い冬に向けてエネルギー源を確保

気温が下がる冬は、
体温を一定に保つためにカラダの新陳代謝が高まります。
そのエネルギー源を確保するために、
秋になると栄養を溜め込むモードにスイッチが入ります。
毎年秋から冬にかけて太ってしまう、とお悩みの方は、
冬が来る前に運動を習慣化して、代謝を高めておきましょう。



弊社1階ギャラリーにモダンダイニングがオープンしました。

家族で過ごす一時を大切に、より充実した日々を想像した空間です。

毎日の生活に潤いを与え、ゆったり、のんびりした日々を過ごしてみませんか。
ぜひ一度、お気軽にお立ち寄りください。

○お問い合わせは

〒767-0001 香川県三豊市高瀬町上高瀬4-1

Tel 0875-74-3881 FAX 0875-74-3882

<http://www.tsuboya.jp/>

メールアドレス : info@tsuboya.jp

弊社モダンダイニングルーム
OPEN



一級建築士事務所／香川県知事許可(特-25)第1181号

木曽・東濃檜造りの家
壺谷建設株式会社



癒しの家ギャラリー

手作り手芸教室

10月5日(日)

※〆切 10月1日(水)



時間 10:00~12:00

定員 10名様

参加費 500円

講師 藤澤 令子 様
(弊社OB様)

準備物 裁縫セット

可愛い和柄のコサージュと髪飾りのセットを
つくります。裁縫が苦手だけどチャレンジして
みたいという方はこの機会にぜひ、いかが
でしょうか♪大人から子供まで年齢を問わず
お使い頂けますので、親子でお揃いにする
のも良いですね♪

癒しの家 建築現場 MAP

2014.9 現在



つぼやの想い

弊社では、お客様のお住まいを計画させて頂く際に、建築予定地の周辺環境やお客様の生活スタイル、ご家族様の家庭の風貌なども考慮した上で設計をさせて頂いております。また、近年気候が荒れやすく、香川県でも突発的な豪雨や雷雨が多くなりました。今後増えその傾向が強まる事が予想されます。それでも、日本建築の特長の一つである、深い軒の出のある屋根は台風などを凌ぐのに適しており、最も傷つきにくく、手入れが少なくてすみます。

軒先を深くすることで雨漏り対策にもなり、風雨から外壁を守るので、耐久性はぐんと上がります。

こういった日本の気候や風土にあった建築こそ、壺谷建設が今までご提案させて頂いている「癒しの家」の特長もあります。



代表取締役 壺谷 泰久

完成見学会のお知らせ

観音寺市



細長い土地の形状を生かし限られた敷地内にご家族様のご要望をぎゅっと詰め込みました。工夫がたくさん詰まった、総2階の約38坪のお宅は、ご夫婦と小学生の男の子2人とおばあちゃんが住む、とても明るく賑やかな家庭です。子育て世代にオススメしたいお宅です。

坂出市



ご夫婦お2人が暮らす銅板葺きの下屋根が目を引く平屋の邸宅。大きな掃出し窓を開けると、リビングから広いデッキが続きます。讃岐富士や瀬戸内の海が望め絶好のロケーションで、四季折々の風情を感じられる上品な和の佇まいをご体感いただける、癒しの家です。完成を楽しみにお越し下さいませ。

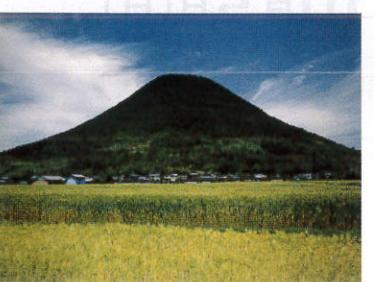
※変更になる場合がございますので予めご了承ください

地域の気候や風土に根ざす

坂出市で建築中の現場には「新日本百名山」のひとつ、飯野山、別名「讃岐富士」が見えます。その名の通り、なだらかな裾野が美しい山です。標高422メートルの小さな「富士山」。春にはふもとに桃の花のじゅうたんが広がります。山頂から見えるのは、讃岐平野に浮かんでいるようなおにぎり形の山々と、穏やかな瀬戸内海の青い色です。

昔ながら地域の方々に愛され、時が経ってもなお、その美しさは変わりません。それは、住まう人の暮らしにも通じます。流行を追うことなく、家は時が経つほどに味わいがまし、住まう人も同様に豊かさを重ねていける・・・。

壺谷建設では、そういう家造りを大切にしています。



ギャラリーイベントご報告

9月6日(土)に弊社社屋1階にて『お月見茶会』&お話し会を開催いたしました。今月の講師は、丸亀お話の会くれよん:雁木君江先生とプロピアニスト:朝田恵理先生を、お招きました!雁木先生のお話と朝田先生のピアノの音色のコラボレーションは、会場を魅了し、なごやかなムードの中で、楽しいお話し会となりました☆

茶会は弊社の社長が実際に手前を披露し、お客様をお茶室にお招きました。当日はあいにくの天気でしたが、楽しい時間のおかげで、空の向こうでお月様が輝き、お抹茶とお団子をお召し上がりながらとても楽しいひと時を過ごすことができました♪沢山の皆様のご参加、誠にありがとうございます!



完成見学会ご報告

8月23・24日30・31日の四日間、善通寺市金蔵寺町にて本格数寄屋づくりの家の完成見学会を開催しました。今回は、ご予約いただいた、お客様限定での開催でした。先人の知恵より授かった住まいは技術が進歩した今でも伝承すべき価値があります。どれを見ても日本人の心に響く普請(ふしん)です。ご来場いただいたお客様から「こういったお家づくりをするのはやっぱり壺谷建設ならではだな」「風情があって素晴らしい」とお褒めのお言葉をいただきました。たくさんのお客様にご来場いただきまして、誠にありがとうございます!



あなたのお家は大丈夫??

耐震改修承ります!!



高瀬町にて2間続きの本格入母屋造りの家を耐震改修しています。

ポイント : 耐震改修のみを目的としてコストをかけずに性能を上げた構法にて改修しています。ご興味のある方は、お気軽にお問い合わせください♪



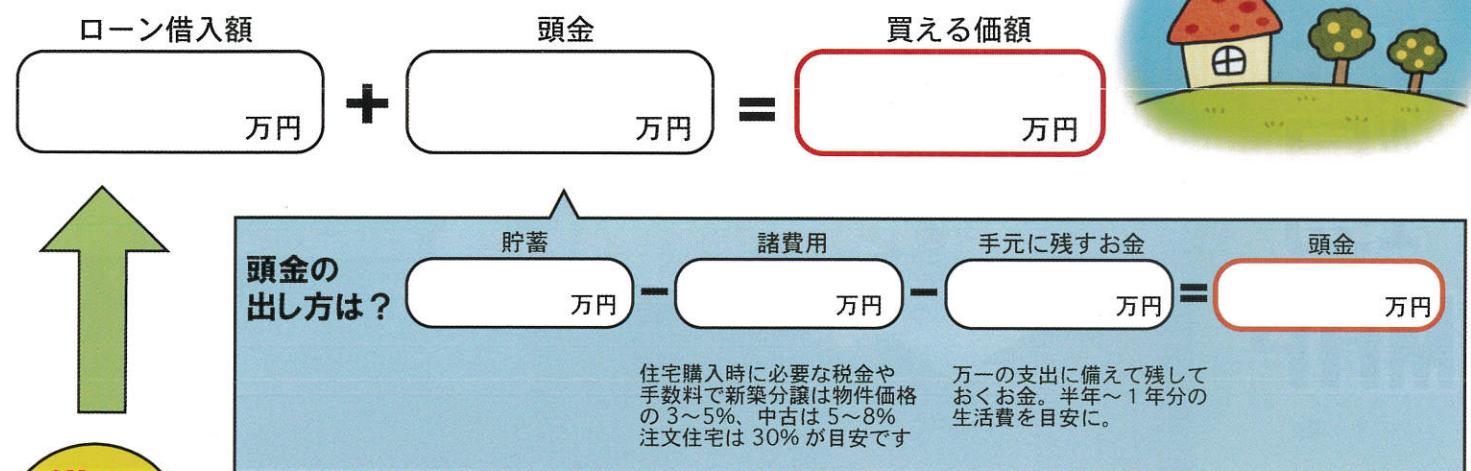
耐震診断技術者
設計部課長:近藤

住宅ローン あなたはいくら借りられる？



住宅ローンの返済は金利に左右される。今は低金利が続いているが、この状態はこれからも続くのか。気になる金利の動きを見ていきます。自分がいくらの家を買えるのか、目安も知っておきたいところです。

いくらの家が買える？



※金利 2.0%、返済期間 35 年

早見表		毎月返済額							
		4万円	6万円	8万円	10万円	12万円	14万円	16万円	18万円
ボーナス時 加算額 <small>(1回当たり)</small>	0万円	1200万円	1810万円	2410万円	3010万円	3620万円	4220万円	4830万円	5430万円
	10万円	1700万円	2310万円	2910万円	3520万円	4120万円	4720万円	5330万円	5930万円
	15万円	1960万円	2560万円	3160万円	3770万円	4370万円	4970万円	5580万円	6180万円
	20万円	2210万円	2810万円	3410万円	4020万円	4620万円	5220万円	5830万円	6430万円
	25万円	2460万円	3060万円	3660万円	4270万円	4870万円	5480万円	6080万円	6680万円
	30万円	2710万円	3310万円	3920万円	4520万円	5120万円	5730万円	6330万円	6930万円

住宅ローンでいくら借りられるかは、「いくら返せるか」から計算できる。上の表では、毎月返済額とボーナス時加算額（ボーナス月に毎月返済額に上乗せして返済する額）から借りられる額の目安を示しました。

毎月 10 万円、ボーナス時 20 万円加算なら借りられる額は 4000 万強です。

固定型の金利で計算

借りられる額は
金利が低いと返済額が軽く
なると同時に、同じ返済額で
あれば借りられる額が多くな
ります。では今ならいくら借
りられて、いくらの家が買え
るのでしょう。目安となる、
早見表が上の表です。

借りられる額は、「返せる
額」によって決まります。
毎月、返せる額とボーナス時
に返せる額を想定し、借りら
れる額を求めましょう。年間
で返せる額は年収の25%程が
目安とされますので、この、
年収負担率を使って借入額を
計算する方法もあります。

借りられる額が算出できま
る、それに「頭金として出せ
る額」を加えれば、買える額
のメドが立つかと思います。

上の表は金利2・0%で計
算していますが、これは現在
の固定型金利の水準を目安と
したものですが、変動型ならも
っと多くの額を借りられます
が、今後の金利上昇の可能性
を考えると、目いっぱい借り
るのはリスクが大きいです。
借入額を求めるときは固定額
の金利で計算するのが無難と
いえるでしょう。

日本経済新聞新春 2014 住宅広告特集より抜粋

※つぼや流が必要ない場合は、お手数ですが弊社までご連絡ください。