

新築・リフォーム・建替え・二世帯・買い替え・売却をお考えの方へ  
アメックスホームの日常がわかる社長の家づくり情報誌です。

9月号

## ～ ○風 ～

こんにちは。お盆休みで不摂生して右足親指が痛かった秋山です。  
ダメですね！ドクターに笑われました。



秋山

ドクター「どうした？」

自分 「足の親指がすごく痛くて」

ドクター「見せて。あーやっちゃったね！数字高くないのにね！」

自分心の叫び 「あーこんなに痛いのに先生は笑顔。」

ドクター「これは痛みを取らないと！可哀想だから楽にしてあげますね！」

自分 「この痛みを直ぐに無しにしてください。」

ドクター「いい点滴があるから直ぐに痛み取れますよ！」

自分 「確かに痛みは和らいだが。まだ痛い。」

ドクター「明日も来てください。」

その日はずっと親指に心臓があるようだった。

翌日

ドクター「どうでした？痛みは」

自分 「痛くて寝れなかったです。」

ドクター「しぶとい尿酸ですね～笑顔 じゃーもう一度違う薬点滴しましょう」  
何故か点滴と言われると安心する自分がいる。

看護師 「痛いでしょ？こんなに腫れて（どこなしか笑顔）」

自分 「例えようのない痛みです！」

2回目の点滴がすこぶる効果があり帰りには普通に歩ける様になった。  
現代医学はすごい！



このあと処方箋をもらいに薬局に行くと薬剤師さんが私にやさしく

薬剤師 「どこが腫れたの？どこの関節？」「飲み過ぎちゃった？」

自分 「足の親指です。お恥ずかしい話で飲みすぎました。」

薬剤師 「痛かったでしょうね～可哀想」「ちょっと控えましょうね！」

「美味しく長く飲んだ方がいいでしょ～ ね！」

「このお薬飲めば痛いのなくなるからきちんと飲み切ってね！」

こんな優しく言われたら説得力がある言葉に脱帽！

健康で長ーく美味しく飲める様に決意した一日でした。

～ 暑い夏 ～



秋山

いやー毎日、毎日暑いですね。風も温風ヒーターみたいな感じ。熱中症になる方が多いです。

みなさんもこまめな水分補給とプラス岩塩をなめてくださいね！ミネラル補給大切！

私も何度か現場でなりそうになったことがあります。気づかないうちになりますから。。。急に来ますから。。。

外で作業される方は休憩も取りながら作業してください。日中は外出しない方がいいかも社員には毎朝、そう言って現場に送り出します。

家の中も注意は必要！室内温度は 25℃か 26℃にしてください。エアコンの設定温度は 22℃～23℃くらいで温度計で室内温度を常に確認してくださいね！ まだしばらくは暑いみたいです。

ちょっとした提案です。

カーテンを閉めてエアコン使えば効率いいですよ！我が家やってます。

本当は外から日射を遮蔽してあげるのが効果絶大にいいです。

ここ5年くら前までの長野県は日中は暑くても朝晩は涼しいので窓を開ければ涼しくなりましたが、ここ数年は朝から 20℃超えて夜は温度が下がらないから窓をあける事も出来ません。今年も新規取付で3台のエアコン工事しました。

こんな感じでグリーンカーテンを作って野菜も出来てに家の中は涼しくて一石二鳥です。来年どうですか？日射侵入を 15%減らせます。



これから新築やリフォームを検討するなら東西に大きな窓は付けない方がこれからの温暖化対策ではいいです。出来るだけ窓は少なくですね！

窓と言えばガラスにも少し気を回してください。

昔は1枚ガラスそしてペアガラス

今はペアガラス+Low-e アルゴンガス入りやトリプルガラス+Low-e クリプトンガスねどがあります。

この Low-e1 とは断熱用と遮熱用があります。

この地域は冬が長いので断熱用の Low-e を使う事が多いです。が。。。

冬に日差しを取り込んでを室内に貯めるイメージなのですが

近年はすごく悩ましい選択になります。

住宅の性能が高くなってきているので熱を逃がさない事を考えれば

夏場対策で遮熱用の Low-e を選択する方がいいです。

健康快適に暮らすには少しお金を使う事も大切かなと思う今日この頃です。

## ～ストレス発散方～

西村のつぶやき



西村

2ヶ月連続で、心が満たされないと愚痴っていたら、自分自身が嫌になってきてしまいました。

いつもDMを読んでいただいている伊藤様（男性）より、FAXを頂き、「贅沢だよ！」とも言われ、ご自分も訳あり、料理本とにらめっこの日々だと。でも最後には、「頑張れ西村さん」と励ましてくれました。嬉しかったです。



色々な家族模様があり、私には計り知れない深さを感じました。家族の内情は他人にはわかりません。不幸か幸せかも見た目ではわかりません。ただ、誰もが一生懸命生きている！そう感じました。

ただ、愚痴ってみて感じたことがありました。

『書くことの良さ』です。悶々としているだけでなく、チラシの裏でも構わないので、文句を一杯書くのが、ストレス発散になると思いました。

直接言えない事や文句書く、それも汚い言葉で書く。毎日そこに書き足し、読み返す。

そのうち嫌気が刺すのです（笑）

自分の心も落ち着き、又自分の間違いにも気付きます。一度やってみてください。（書いた紙は必ず、破いて捨てる事）必須



\* \* \* \* \*

「男って何も考えていない！」のWEB講座の話から自分の身の上話しになってしまって本当にごめんなさい。

来月からは、もっと明るく楽しい話題をお伝えしたいと思っています。

# はじめまして！



秋山

皆さん初めまして！！八月から入社した秋山です

僕の事を簡単にプロフィールにまとめました！！



## 秋山 聖雅のプロフィール

生年月日 1998, 1月 19日

年齢 22歳 秋山家の次男

血液型 O型

好きな食べ物 ラーメン 寿司

去年の五月に結婚

もうすぐ一歳になる娘がいます



松本技術専門学校に

二年間通って

辰野町の大工さんのところ  
で二年間お世話になり、

アメックスホームに

入社させていただきまし  
た！！

入ったばかりなのでいち早  
く仕事を覚えて、役に立て  
るよう頑張ってます！！

大工をやっていた経験を生かして、今はOBさん達のアフターなどをやらせて  
いただけてます！

最近、家の扉が渋いなあ、クロスが少し剥がれっぽいなど、お家で気になった  
事お気軽に相談してみてください！！出来る範囲で僕が対応させていただきます！！

まだまだ、経験の浅い僕ですが、お客様のために良い家作り

会社のために良い仕事を、出来るよう日々精進していきます！

どうぞよろしくお願い致します。

## ～ 浴室の窓って必要？ ～



浴室の窓って必要だと思いますか？

社長「俺は必要ない！お風呂はシャワーでだけだから♪」

向山

西村「私は窓が欲しい！我が家の浴室の窓はこだわって付けてあるの！」

弊社で建てる建物は24時間換気システムを採用しておりますので、浴室も24時間換気されています。よって、窓を開けて換気をしなくても良いのです。

社長が必要ないと言ったのは、24時間換気システムがあるから、そしてゆっくり湯船につからない事、窓と目隠しのブラインドを付けたら、お掃除に手間がかかる事、都会に住んでいたなら窓がない方がプライバシーを守れるんじゃないか。その観点からの回答です。

西村が必要と言ったのは、西村家は高台に家があり浴室からの街並みの風景や夜景を眺めながら、ゆっくり入浴する楽しみがあるからです。湯船につかって街並みが見下ろせる高さに窓を設置してあるそうです。湯船につかり一日の疲れをゆっくりとりながら、考え事をする！皆さんへ届けるダイレクトメールのネタを考える癒しの空間だそうです。浴室の照明を消し、夜景を眺めて雰囲気のある入浴をしています。

私の家は築3年になりますが、浴室の窓もブラインドもついています。言われてみれば浴室の窓は一度も開けたことがありません。24時間換気がありますので窓を開けての換気はしません。もちろん、西村みたいに素敵な夜景が見える場所に住んでいません。夜景は見えないけど、夜中にキツネの鳴き声は聞こえます(笑)

社長が言っていたように、窓も開けない、目隠しのブラインドのお掃除は手間がかかります。今考えれば、我が家も窓は必要なかったのかもかもしれません。浴室の窓を無くせばその分のコストが下げられるので、他の所にお金がかかけられます。これから新築をお考えの皆さん、住まわれる環境によりますが、浴室に窓が必要かどうか考えてみるのも良いかもしれません。

西村家の夜景の見えるお風呂に  
一度は入浴してみたいと思っている向山です。



~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~\*~~~~

### ♪私に会いに来る小さなお客さん♪

「お姉ちゃん好き♪」と私に駆け寄りギュ！  
ってしてくれたお客様のお子さん♪

とてもかわいい女の子♪  
そんな女の子からのプレゼントをいただきました。  
ものすごお〜く嬉しかったです。  
私の宝物にします！ また会いに来てね♡ありがとう♡



## ～ セミナー講師から皆様へ ～

### 講師 自己紹介

今回講師を務めさせていただき、川合英二郎と申します。

さて今回のセミナーですが、思い入れがあり企画しました。

「愛犬と暮らす」セミナーは、ペット同棲は家を建てる時に考えておけば良かったという後悔から企画しました。この後悔は私だけでなく、犬や猫などのペットを飼うことを想定せず家を建てる人がほとんどで床材がペットの怪我や病気につながった、排泄物のおいや処分に困る、冬のエアコンで毛が飛ぶなど、不満が多数あることをきっかけに、愛犬家住宅コーディネーターという資格をとりました。ペットのケガや病気はとてつらいものですし、治療費は人の10倍近くかかることもあります。愛犬家コーディネーターの資格取得を通じ、犬や猫を飼う場合、家づくりから準備するのが良いと確信しています。ちなみに長男が犬の毛アレルギーのため、現在は猫を飼っています。

「家は土地から」セミナーですが、これから家を建てる方と面談すると、8割以上の方が学区重視で、災害リスクを考えた土地選びをしていない方が多いことに気づいたことがきっかけです。私は自宅用の土地探しはハザードマップを調べ、水害時に勤務先からの水害リスクのないルートで帰宅できるエリアで探しました。一度買った土地を売却し、買い直す念の入れようでした。自宅の土地探しは無駄に時間をかけでしまいましたが、不動産屋との付き合い方など皆様の参考になる提案ができると思っています。

今回のセミナーは世の中の流れ、自分の経験を踏まえ、皆様が後悔しないためにぜひ知っておいていただきたいことテーマにしています。「これだけは知っておいてほしい」ということを短時間でお話しますので、ぜひご参加ください。

### プロフィール



1970年名古屋生まれ奈良育ち、1994年北海道大学理学部卒業

1994年カルビー(株)商品部でピザポテト等の商品企画担当

1998年家業の鉄工所に入社 シカゴ工場生産管理

2002年チリウヒーター(株)入社 現副社長

趣味:ガーデニング、家具や建築を見ること

妻子3人(高3、中2、小5)、猫2匹、メダカ、金魚と暮らす



Instagram

自宅をメインに紹介しています。

アメックス通信をご覧いただき誠にありがとうございます。



DM(アメックス通信)がご不要のお客様へ  
大変お手数をおかけいたしますが、

← こちらのQRコードよりアクセスしていただき、送付停止の手続きをお願い致します。