

住まいるニュース

vol.31



暮らしのそばに
株式会社ヨネダ 住宅事業部

ヨネダの住宅シリーズがリニューアルします！

ヨネダの住宅ラインナップ

ゼロエネルギー住宅 = ZEH^{ゼッチ}
「^{ウィズ}With」

ゼロエネルギー住宅とは、省エネの工夫で消費エネルギーを減らし、使うエネルギーは自らつくりだす住宅

つくるエネルギー

- ・ 太陽光発電（つくる）
- ・ 蓄電池（ためる）

消費するエネルギー

ゼロ

高気密
高断熱

熱交換
換気システム

エネルギーの
見える化

設計上の
工夫

光熱費が
断然お得！

夏すずしくて、
冬あたたかい快適生活！

条件を満たせば
国の補助金が受けられます！

ZEHの実現・普及は日本のエネルギー需要改善の大きな要となるため、政府は、2020年までに新築住宅の過半数をZEH化し、2030年までに新築住宅の平均でZEHの実現を目指すという目標を掲げています。

L I N — 凛 —

家づくりを楽しみ、これから始まる新しい暮らしをもっと楽しめる。
どこにもない世界にひとつだけの家。



心地よく住よう



こだわりの空間



ふれあいの時間



のびのび子育て



家事のゆとり

あなただけの
こだわりの家を実現する
自由設計プラン。

ここちえ
cocochie

家族がコミュニケーションを楽しみながら心地よく暮らせる家。
安心機能が全てセットになったセレクト 定額制プランです。

あんしん
セット
(9) 種

ここちえでは、
安心の標準仕様が
あらかじめ
9種類セットに。

えらべる
(3) スタイル

ここちえでは、
外観・内観を
3つのスタイルから
選ぶことができます。

えらべる
(6) 坪数

ここちえでは、
6つの坪数ごとの
うれしい定額料金です



22坪
1,380万円

23坪
1,390万円

28坪
1,530万円



29坪
1,570万円

30坪
1,600万円

32坪
1,680万円



※消費税・水道加入金・屋外給排水工事は
含まれておりません。



Y様邸 (福知山市)



Y様邸 (福知山市)



S様邸 (福知山市)

建築中の
現場のご紹介



H様邸 (福知山市)



A様邸 (綾部市)



K様邸 (綾部市)



S様邸 (福知山市)

続々、
建築中！



S様邸 (福知山市)



S様邸 (福知山市)

住宅事業部 STAFFコラム



今回の担当は、
コーディネーター
佐金 尚子
です。

質の良い呼吸とは

澄んだ青空に鯉のぼりが泳ぐ光景がみられる季節になりました。GWも目前ですね！

今回は、日々誰もが当たり前にしている「呼吸」に着目してみたいと思います。
私たちが1日約3万回繰り返す「呼吸」。みなさんは意識されたことがありますか？

呼吸チェック！立ったまま、3回「深呼吸」をしてください。

- ☐ あごが上向き、上半身がのけぞりませんでしたか？
- ☐ 胸とお腹が、大きく前にふくらんでいませんか？
- ☐ 両腕が脇から離れていませんか？

上の項目にあてはまる方の呼吸は「深呼吸」ではなく「大呼吸」。たくさん吸えているように吸えていない呼吸です。対して「深呼吸」は、体の中心を息が通るように、ストンとお腹の奥へ落ちていくような深い呼吸です。

深い呼吸を
体感してみよう

息を「お腹の奥」まで落とせている??あなたの「呼吸力チェック」

- A. あぐらや椅子に座るなどして、胸の前で合掌した状態で深呼吸。(胸から手を離して)
- B. Aで合掌した手の親指を胸に押し当て、ひじを前に出した状態で深呼吸。

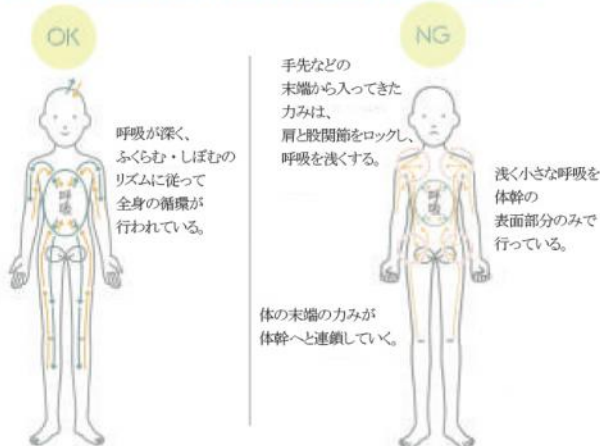
どうでしたか？AとBの違いを感じられましたか？

実はBが深い呼吸です。このような深い呼吸は、人間の自然治癒力を向上させます。逆に、日常生活の中の些細な「緊張」や「力み」によって生じる浅い呼吸は、呼吸のエネルギーを全身に送り出すことができず、体の巡りが悪くなり不調の原因にもなります。

「呼吸を中心におさめる」。「呼吸を深くする」。

この2つを意識しながら、毎日の自分の呼吸に目を向けてみてください。
呼吸の質がよくなると体調もよくなり、ひいては人生にも好影響をもたらしてくれるかもしれません。

(引用: 森下愛子著「深呼吸のまほう」)



ヨネダの家のご紹介

ゼロエネルギー住宅
「**-With-**」ウィズ

ゼロエネルギー住宅とは

消費する
エネルギー量

つくる
エネルギー量

ゼロ
0

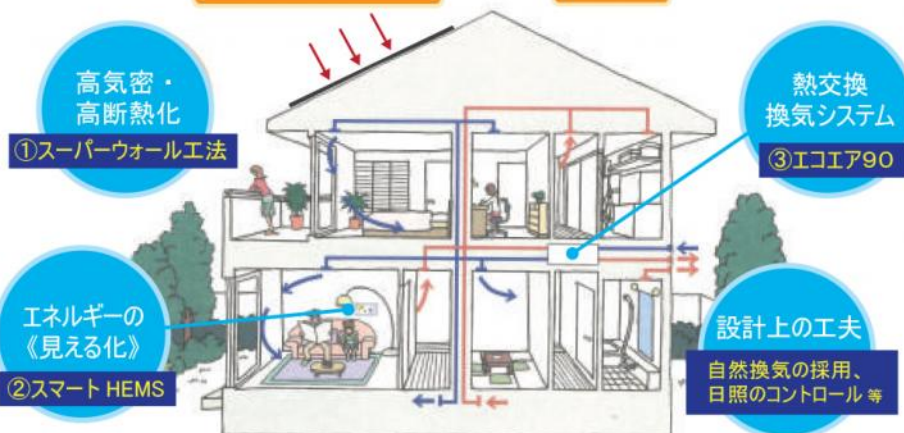
省エネの工夫で消費エネルギーを減らし、使うエネルギーは自ら作り出す住宅

太陽光発電システム **つくる!**

蓄電池 **ためる!**

「**-With-**」モデルハウス

OPEN



モデルハウスのご見学について

開館時間 **AM10:00 - PM5:00**

■平日(月～金・祝日を除く)・・・玄関のチャイムを押して下さい。スタッフが参ります。
■土・日・祝日・・・予約案内制。事前にお電話でご予約ください。

下記フリーダイヤルまで。＜受付＞月～金 9:00～17:00

モデルハウスお譲りします!

ご購入希望の方もお電話ください。

株式会社 **ヨネダ** 住宅事業部 ☎ **0120-406-217**

京都府福知山市字堀小字道場2433番地 TEL:0773-22-6899 FAX:0773-22-1516