



## 伝統科学に学ぶ 住まいの環境の知恵

### 陽の射す家は 医者いらず

太陽光線は、紫外線・可視光線・赤外線に分けられます。それぞれに波長も違い、性質も異なります。

紫外線は、強い殺菌作用をもつため、食物を扱う台所や食堂に欲しい光線です。赤外線は、暖かさをもたらし、自然治癒力を高めてくれる光線ですが、困ったことに物を腐らせるので台所や食堂には欲しくない光線です。可視光線の明るさの度合いは、人間の精神に大きな影響を与えます。このように三つの光線には、メリット・デメリットがあります。上手に使い分ければ、医者がいらない健康な生活ができます。住まいは、陽当たりさえよければよいという単純なものではありません。

太陽光線パワーといわれるように、晴れた日は気持ちが明るく、からだも動きやすくなります。逆に曇りや雨の日は、気持ちがふさぎます。太陽の出番の少ない冬は、気持ちも体もすっきりしません。しかし、春になると心も体もウキウキしてきます。

これは、太陽の光が大きな影響をおよぼしている証拠です。

体には、活動と睡眠を繰り返す基本リズムがあります。これは、昼と夜の太陽サイクルによって作られます。太陽光線はさまざまなホルモンの生成や分泌、免疫活動に深くかかわります。太陽光線にあたらない生活を続けていると睡眠障害やうつ病などの病気になりやすく、免疫力をなくし、自律神経の切り替えやホルモンの分泌に狂いが生じます。骨も弱くなり神経の伝達力を低下させます。



11月18日に上棟し、来年4月に完成の予定です。

島田市 W 様邸にて10月14日より基礎工事が始まり、22日に配筋検査が完了、11月5日に基礎工事が完了しました。

上棟に向けて順調に進んでいます。



## 構造内覧会開催のお知らせ

住宅にとって一番重要な構造部は、完成時、壁の中に隠れてしまうので、今しか見ることができません。この機会に是非お越しください。

**参加申し込み方法** 予約制です。ご希望の日時をお知らせください。

**開催日時** 12月11日(土)・12日(日) 9時～16時 雨天開催

9時～・10時～・11時～・13時～・14時～・15時～

**開催場所** 島田市阿知ヶ谷(詳しい住所はご予約後にお伝えします)

新型コロナ感染防止対策の為、手指の消毒・マスク着用のご協力をお願い致します。

ご予約はHPのQRコードのお問い合わせから、

または下記連絡先にメール、お電話にてご連絡ください。

### ～お知らせ～

M様より、「君子蘭」を欲しい方にあげたいと申し出がありました。ご希望の方は、ナガイまでご連絡ください。

