

## 今年の夏は？ 室内での暑さ対策

体温調節の為に汗を出すのですが、それが効率よく発散(蒸発)される環境ならいいのですが、出た汗が乾かず皮膚の表面から体温を下げる汗が出なくなりますから、余計に気分が悪くなること  
があります。スポーツドリンクなどはほとんど汗が出てしまいがちになるので汗が出る場所だけで・  
麦茶などミネラル分の多い飲料を飲んで、食事の時など外に出た時にスポーツドリンクを飲んでください。  
あまりに冷た過ぎる飲み物は体温を上げるので逆効果となりますので、常温か少し高め温度のお  
茶を飲むほうが涼しく感じます。夏の盛りに熱いお茶を飲むと逆に身体が冷えますから  
室内での暑さ対策は濡れタオルを首の回りに巻きます(垂らすだけでいい)  
気化熱で首筋が冷えますので、これもだいぶん楽になります  
また 昔は綿100%などといわれていましたが、最近ではユニクロやスポーツ用品店などにある  
吸汗速乾(汗を吸い すばやく乾燥させる)素材の服などがあり通気性も保たれますので  
結果 涼しく過ごせると思います。

## そこで・家に対する今年の猛暑対策はこちら

### 断熱塗料ヒートカット

- 1・有機溶剤不使用なので、危険な作業を要しない
- 2・防音 防水 撥水 耐凍害・塩害性能に優れている
- 3・結露を防止しカビの発生をおさえる

あおい  
お勧め

### 見積りの目安

屋根(コロニアル)・断熱塗装  
費用 ¥216000

水洗い(高圧洗浄)・鉄部サビおとし  
錆止め変性エキシプライマー  
変性エキシプライマー2液 1回塗  
NDAシリコンウレタン断熱粒素入れ 2回塗 ツヤ消

鉄筋平屋建て(屋根の場合)

温度	施工前	施工後
屋根表面	58℃	38℃
裏側	57℃	36℃
室内温度	38℃	30℃



## 有限会社あおい工業

大分県中津市加来2262-1  
TEL 0979-64-6505  
FAX 0979-64-6506  
HP [www.aoikougyou.com](http://www.aoikougyou.com)



2  
冊

## あおいの ほらね

### とくとく♥キャンペーン

過去に当社の利用があるお客様!!  
外壁の水洗い通常価格の半額でいたします  
また あおいのほらねをお持ちのお客様は  
外壁水洗い2割引きで行います!!  
**あおい工業のチラシを置いてくれるSHOPも併せて募集中**  
もちろんサービスはありますよ!!  
当社発行のチラシ掲載&お店の通り部分の塗替えサービスです  
MAIL [aoikougyou2010@yahoo.co.jp](mailto:aoikougyou2010@yahoo.co.jp) もしくは  
会社まで お電話ください♪ 職人がお伺いします



VOL. 2

ほらねって言う  
笑顔がいっぱいになる  
街が 自分が みんなが  
幸せになれる情報誌  
お届けします  
塗装のことはもちろん  
ちょっと一息つけるお話を  
お届けしていきますね

## 夏の思い出作りに...

### そば打ち体験

中津市



山の懐に抱かれた本耶馬溪の自然の中で育てられたそばの実を使った食事、そば加工品の販売等そばづくしの駅です。  
イチオシは館内の体験施設『そば打ち体験道場』。本耶馬溪産のそば粉を使用して、気軽にそば打ち体験に挑戦することができます。自分で打ったそばをその場で食べることもできますよ。

実施日 通年  
料金 1台 3150円  
所要時間 約40分~50分  
予約有無 要予約  
受付時間 10:00~15:00  
その他 定休日:毎週木曜日 年始三日間 但し8月・11月は休まず営業  
アクセス 中津市内から国道500号線を耶馬溪方面へ車で13KM  
国道212号線交差点より約1KM  
問合せ先 道の駅 耶馬トピア  
電話番号 0979-52-3030  
URL <http://www.doumonsoba.com/doujo/index.html>

