

『サンハイツ大和』の豊かなコミュニティをつくる

ふれんど

2025.1
Vol.246



大和屋

● 不動産部 ● 〒360-0031 熊谷市末広2-118 TEL.048-522-8612

<https://www.yamatoya-kk.co.jp/fudousan/>

ヒートショックを予防しましょう！

ヒートショックって何？

ヒートショックは、暖かい部屋から寒い部屋への移動など、急激な温度の変化により血圧が上下に大きく変動することなどが原因で起こります。気温が下がる 11 月から 4 月にかけての寒い季節に多く見られ、失神や不整脈のほか、死に至ることもあります。

特に高齢の方はご注意ください。



1. ヒートショックの症状

- ☐ 急激な血圧上昇
心筋梗塞や脳梗塞を引き起こす危険性
- ☐ 血圧の急降下
失神や意識喪失、転倒のリスク
- ☐ 動悸や息切れなど、心臓や血管への負担が顕著

2. 起こりやすい状況

- ・ 冬場の入浴中や浴室での温度変化が激しい場合
- ・ 寒い脱衣所やトイレでの急激な温度変化
- ・ 高齢者や持病のある方は特にリスクが高い



～入浴中の事故を防ぐためには～

- 1 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- 2 湯温は 41 度以下、お湯につかる時間は 10 分までを目安にする
- 3 浴槽から急に立ち上がらない



- 4 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける
- 5 お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
- 6 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する

『自分は大丈夫』とは、どうか思わずに行動していただくと幸いです。

詳しくは、厚生労働省政府広報オンラインをご覧ください。

出典・引用：「交通事故死の約 2 倍？！ 冬の入浴中の事故に要注意！」 (<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202111/1.html>)



EVENT

森の家『オンライン相談会』

ZOOMを利用したオンライン相談会を開催いたします！
家づくりに関するご相談等を受け付けます！
寒い時期でもお家で安心して気軽にご参加いただけます。

【日程】1月13日(月)
19日(日)

【時間】13:00～17:00

※ZOOM に関する詳細は、ご予約後にご連絡させていただきます。
※ご希望の時間帯をお申し込みください。



森の家『住まいの見聞会』

～森の家体験ツアー～

「住み心地抜群！ 実際のお宅見学で感じる新しい暮らしの魅力」

【日程】1月26日(日)

【時間】13:00～17:00

※詳細は、ご予約時にご連絡させていただきます。

◆お施主様の日常を垣間見る貴重な体験！ 建築した家のこだわりや快適さを直接体感しよう。

生活の質がどう変わったかをリアルに感じていただけます。

◆将来の夢の家づくりの参考になるかも！是非、ご参加ください。

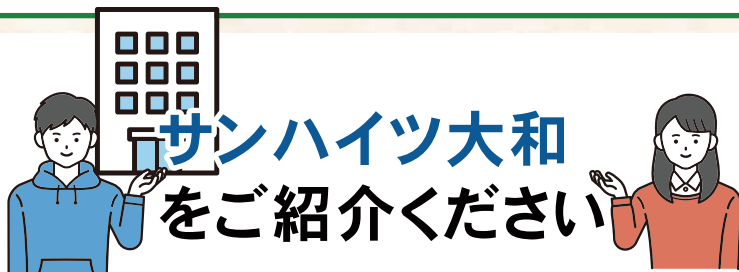


詳細はこちら



いずれもご予約制
となっております

各種お問い合わせ ☎ 森の家展示場 〒360-0018 熊谷市中央 3-2 ☎ 048-527-8181

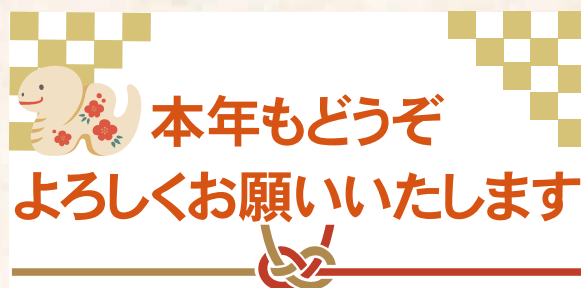


サンハイツ大和 をご紹介します

ご親戚、ご友人、会社の同僚などお知り合いの方で
熊谷へお引越しをお考えの方がいらっしゃいましたら
是非サンハイツ大和をご紹介します！

ご紹介いただいた方に**商品券3万円分**を
プレゼントさせていただきます。

※その後成約された場合に限りです。



昨年は大変お世話になり
ありがとうございました。
2025年も皆様が快適で
安心な生活を送れるよう
より一層努力して参りますので
どうぞよろしくお願いいたします。



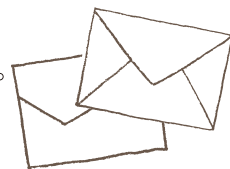
皆様のご意見をお聞かせください

サンハイツ大和をご愛顧いただきまして、誠にありがとうございます。

サービス向上のためお気づきの点、お困りごと、ご提案などございましたらお聞かせください。

下部の〈ご意見記入欄〉にご記入いただき管理人ポストへ投函してください。

ご協力お願いいたします。



★今月のエッセイ★

二〇二五年（令和七年）が始まりました。一年前にも二〇二四年が・・と書いた私です。あつと言う間に一年が過ぎました。皆さんはどんな一年でしたか。

元日の能登半島地震に心を痛め、翌日には羽田で航空機の衝突事故が起こり、どんな年になるのかと心配しました。大谷翔平選手の事件が日本中を驚かせ、彼の活躍がまた嬉しい驚きでした。パリ五輪、新紙幣発行もニュースでしたね。

私の出来事は
・コロナ陽性
・夫が定年退職し家にいる（笑）
・各地への旅行
などです。特に六月には人生初の一人旅に行きました、

角館
盛岡
盛岡
宮古（三陸鉄道）
久慈

人との出会いがこんなにも楽しいものとは！さあ、次はどこへ行こうか、癖になりそうです。

歳を重ねるとこんな言葉が心に残りました。
「もたもたしているあいだに季節も時間も人生も過ぎさってしまっ
迷ったらゴーだ」
（柚月裕子、新幹線車内雑誌コラムより）
これからは私は迷ったらゴーです！

二〇二五年は平和で争いの少ない世の中になると良いですね。
今年もよろしく願っています。

（駐車場スタッフ 大山）

お問い合わせ ご相談は「サンハイツ大和管理人」または「くまがや館」までご連絡ください。

サンハイツ大和管理人：☎048-525-3660 ☎090-2458-0838 勤務時間 毎日8:00～17:00(年末年始・GW・夏期休業有り)

くまがや館：☎048-524-3488 開館時間 毎日10:00～17:30(毎週水曜日・年末年始・GW・夏期休業有り)

夜間緊急連絡先：ALSOK・総合警備保障ガードセンター ☎0120-49-2413(24時間受付対応)

ご意見記入欄



●ご意見・ご要望がございましたらご記入し、管理人室行きポストへご投函ください
ex) エントランスに〇〇を置いてほしい など