ちきりかわら版

～住宅版エコポイント特集～

11' 新春号

発行日：平成23年 1月吉日
発行元：株式会社 チキリ
駿東郡清水町卸団地73
TEL:055-971-9610

VOL 12

今年もよろしくお願い申し上げます。

新春の候、皆様におかれましては、ご清栄のこととお慶び申し上げます。昨年は政治経済共に混沌の中ではありましたが、多くのお客様に弊社をご利用頂きました。誠に有難うございました。本年も引き続きご愛顧賜りますようお願い申し上げます。

また、この「ちきりかわら版」も発刊以来丸3年が経とうとしております。お陰様で皆様からのご意見やお問い合わせを頂くようになって参りました。引き続きご愛読いただきますようお願い申し上げます。

さて、今年の干支は卯（うさぎ）です。素早い動きとジャンプ力が特技のうさぎは、ことわざに「うさぎの上り坂」とあるように、良い方向に進む躍動感ある生き物で、「飛躍」を表すそうです。また、うさぎは家族で行動するため か、家族愛を象徴するそうです。

昨年も「寅」年で、勢いの年でしたが、今年も寅のような跳躍力をもって、更に「飛躍」できる年にしたいと思っております。皆様におかれましても、うさぎの様にご家族が今年一年大過なく過ごせますよう、そして素晴らしい飛躍の年になりますよう祈念いたします。

代表取締役　服部厳一郎

新年明けましておめでとうございます

新しい年を迎え皆様方にはご健勝の段、お慶び申し上げます。昨年中は大変な年にもかかわらず弊社をご愛顧頂きまして誠にありがとうございました。

何とか良い年にしたいではありますが今年も「ちきりかわら版」を通じ魅力のある情報や、新しい製品情報などを企画・ご提供させて頂く所存です。

今年が皆様にとりまして最良の年でありますようご繁栄とご健勝をお願い申し上げます。

本年も相変わらずのご愛顧をよろしくお願い申し上げます。

建設部　部長　中野　充

追記

「住宅版エコポイント」が十二月末迄延期されました、皆様方のますますのご繁栄とご健勝をお祈り申し上げます。

さらに対象商品が拡充となり一層お得に利用しやすくなりました。

分かりやすくご案内致しますのでぜひこの機会に、お得なリフォームをご検討下さい。

チキリのリフォーム　検索

奥さまお役立ちコーナー

～気になる正月太り～

お正月が終わると、ついお餅やおせちの食べ過ぎと運動不足により、体重が増えている方が多いのではないでしょうか？毎年のことですが正月後は必ず体重が増えていますね。

お正月後のダイエットをするに当たって

まずは今の自分の現状を把握することが大事です。
目をそらさずに、ご自分の状況を見てみましょう。
放置すると脂肪は溜まる一方です。

体重、体脂肪、ウェストのサイズをボディチェックしてみましょう。

標準体重とは最も健康的で自分の体にあった生活ができるとされている理想的な体重です。

■標準体重の求め方：
身長（メートル）×身長（メートル）×22＝

BMI指数（ボディーマス指数）とは？（男女共通）

肥満度を求める計算式に基づき、計算された指数です。
その指数は
大きくⅠ～Ⅳの4段階に分けて評価されます。

■BMI指数＝体重（kg）÷（身長（m）×身長（m））

	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ
BMI指数	～20以下	～24以下	～26.5以下	～26.6以上
評　価	やせている	標準	やや肥満	肥満

標準体重やBMI指数の結果はいかがでしたか？
寒いですが、こたつから出て身体を動かし、お正月前の体型に戻すべく頑張りましょう。

パズルに答えてお年玉をゲットしよう！

ナンバープレイスパズル　VOL12の問題

基本ルール（タテ、ヨコ、斜めに同じ数字は入りません）
①タテの各9列に1～9の数字が1個入ります。
②ヨコの各9行に1～9の数字が1個入ります
③3×3の各9ブロックに1～9の数字が1個入ります。

問題の解けた方
ご応募いただきますと正解者の中から抽選で5名様にクオカード（3,000円）をプレゼント！

	4						3	5
	2	8	1					
		3		9	6	4		
							6	
7				1	8			
							1	
		4		8	2	7		
	3	5	7					
	9						2	4

応募方法
FAXまたは官製はがきで下記までお送り下さい。
お名前、住所、電話番号明記願います。

送り先
FAX:055-973-1534
官製はがき：〒411-0912
駿東郡清水町卸団地73
株式会社チキリ建設部
田口あて

締め切り
平成23年1月31日

発表：景品のお届けと次回かわら版へ掲載（弊社必着）

ご存じですか？
住宅版エコポイント制度の期間が1年間延長で対象商品も増えました。

なんと！最大30万ポイント

今年がチャンス！ ご相談下さい。

エコカー補助金は昨年9月で終了
家電エコポイントは対象商品の激減・買い換えの方のみに限定・
買い換えリサイクルポイント廃止など縮小され3月末で終了。

ところが
住宅版エコポイントは1年間の期間延長と対象商品も増え、
より一層お得に利用できるようになりました。

無料相談

住宅版エコポイント制度。

家電エコポイントと同様に、商品券・プリペイドカードや、省エネ等に優れた商品などがポイント交換の対象

快適介護 高齢者対策

eco REFORM エコリフォーム登録店

家のこと以外も何なりとお気軽に弊社にご相談下さい
少しでも安価で最適なご提案をいたします。
担当：田口・大高

★裏面にお得情報★