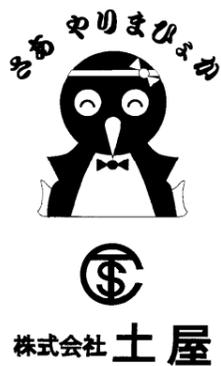


土屋新聞

発行所
株式会社 土屋
0120-547-278

家のことは何でも
ツチヤ



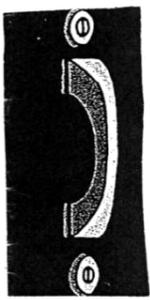
住まいの防犯リフォーム

玄関・窓の点検と対策

住まいに対する侵入盗などの犯罪が増加しています。住まいの防犯対策は、お住まいの方やその財産を守るための必須事項になってきました。安心して暮らせる確実な防犯リフォーム工事を行うには、専門家による点検と施工が不可欠です。

●玄関ドアを 侵入に強くする

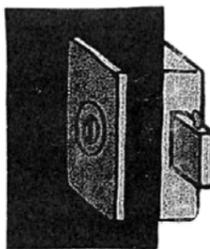
1ドア2ロック以上とする



ダブルロック

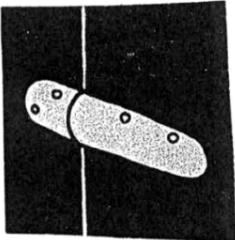
2ロック以上とすることで、開錠に時間がかかります。対策としては、ダブルロックタ

イブのものに取り替えるか、



面付け補助錠

既存の錠に加え、面付けの補助錠や内締り錠を取付ける方法もあります。



内締り錠

錠の周辺に補強板や、すき間をふさぐガードプレートをと

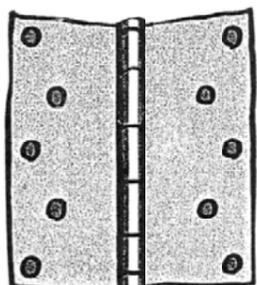
こじ破り対策をします

取付ける。



破壊されにくい蝶番に
しましょう

蝶番は破壊されにくいロングヒンジや軸芯の抜けにくいものを選びましょう。外開きドアは室外に露出しますので対策が必要です。また蝶番は3ヶ所につけましょう。



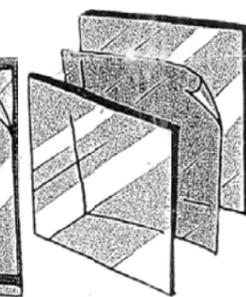
工務課主任

船越 秀和

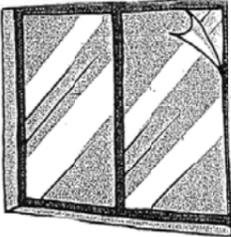
●窓はそれで大丈夫？

ガラスを強化します

合わせガラスにするか、防犯フィルムを貼ります。

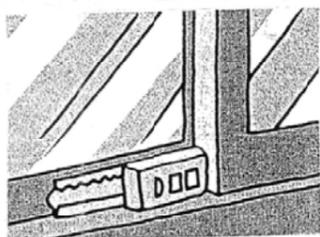


合わせガラス



防犯フィルム

補助錠を取付けます



船越 秀和

健康コーナー

ウェイトトレーニングで筋肉が若返る！

トレニングなどを用いた筋力者の筋肉が文字通り若返る研究とが米国とカナダによる研究で示された。

今回の研究では、65歳以上の健康な高齢者25人の大腿部筋組織の遺伝子発現を調べた。被験者は、対象となる筋肉群の収縮運動30回を含む1時間の筋力トレーニングを週2回、6ヵ月実施。この結果を、20〜35歳の若年成人から採取した組織と比較した。その結果、筋力トレーニングによって高齢者の筋組織にみられる「遺伝子指紋」が若年成人に近づくという。筋力についても評価した結果、トレーニングを始めた前は、高齢者の筋力は若年成人に比べて平均59%低かった。筋力が約50%向上し、6ヵ月後には若年成人との差が38%にまで改善された。高齢者の遺伝子発現にはほとんど変化がないと予想していたという。この結果は非常に驚いている。この知見は、健康のためだけでなく、老化そのものを食い止めるためにも運動が有効であることを裏付けるものであり、高齢者が運動する動機を強めるものとなる。



防犯リフォームは土屋におまかせ！

Bow Wow
防犯
講座

窓からの侵入手口は？

●ガラス破り、こじ破り、焼き破り
クレセント(窓の中央部にある三日月状の金具)の周辺のガラスを壊し、そこから手を入れてクレセントを回して侵入する手口です。ドライバーなどによるこじ破り、ハンマーやボールによるガラス破壊、バーナーでの焼き破りなどがあります。

フロートガラス



もっとも一般的な透明板ガラス。防犯性は期待できません。

強化ガラス



フロートガラスの3~5倍の強度を持ったガラスですが、先端のところがたつたもので衝撃を与えると簡単に破壊されます。

複層ガラス



2枚の板ガラスの間に乾燥空気を密封した省エネ断熱ガラス。フロートガラス・網入りガラスと比較すると、ガラス破りに若干手間がかかりますが、防犯性は期待できません。

網入りガラス



火災時に熱で割れても破片が脱落せず、延焼を防ぐガラス。頑丈そうに見えますが破壊行為には弱く、防犯性は期待できません。