このチラシは、福岡市シルバー人材センター早良支部の方々に配布をお願いしております。感謝♪♪感謝デス

OK新聞

第22号

創業24年

株式会社 大慶ビルド

TEL：865-3070
FAX：864-7540
福岡市早良区
野芥6丁目51-35

建設業許可業種
管工事業
水道施設工事業
建築工事業
土木工事業
二級建築士事務所

水廻りのプロ

リモデルの夢をカタチに！

これからの我が家を探しに行こう！

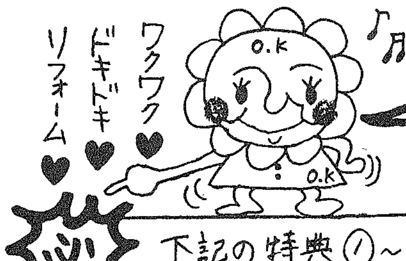
リモデルスタイルフェア'06-'07

入場無料

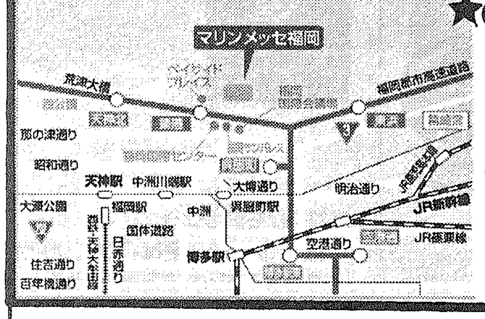
REMODEL STYLE リモデルスタイルフェア'06-'07

TOTO DAIKEN YKK ap

O.K
マイカーのお客様も無料です


ワクワク♥
ドキドキ♥
リフォーム♥
O.K
♪♪

2/23㊎・24㊏
10:00～19:00　10:00～17:00
マリンメッセ福岡 多目的展示室



★**無料シャトルバス運行のご案内**

各駅から会場直通の無料シャトルバスもご利用いただけます。

■23日（金）……10:00～17:30
■24日（土）……10:00～15:30

博多駅	天神駅
筑紫口 ローソン前 バス駐車場	日本銀行前 バス駐車場
30分間隔	15分間隔

〈会場〉マリンメッセ福岡

必見

下記の特典①～⑤を楽しんで頂くためには、★特典パスポートチラシ★が別に必要です。ご入り用の方は、OKビルド（865-3070）へご連絡を★★★★★

テレビ・雑誌で引っ張りだこのあの有名人がやってくる！

假屋崎省吾

百花繚乱！～LDKを彩る花からはじまるライフスタイル～

2/23㊎ 13:00～13:45.15:30～16:15

実際に花を活けながらのフラワーデモンストレーション&トークショー。暮らしを彩る生花の飾り場所など楽しくて為になる話が聞けます。

平野レミ

LDKでおもてなし！～我が家はアイデアレストラン～

2/24㊏ 12:45～13:30.15:15～16:00

[illegible]

今泉なな子

リモデルではじめる！リモデルで変える快適な暮らし！

2/23㊎ 11:30～12:15.14:15～15:00
2/24㊏ 11:30～12:15.14:00～14:45

[illegible]

特典1 アンケートに答えるだけでお一人様1回抽選チャンス！

大抽選会

今、話題の品が目白押し!!もらってうれしい！

1等	…液晶テレビ
2等	…スチームオーブンレンジヘルシオ
3等	…DSライト
4等	…iPOD shuffle

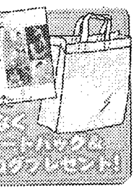
他にも、5等以下数多く揃えています。

特典2 ご来場プレゼント

リモデル相談コーナーにて

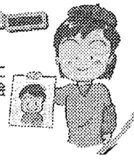
北海道まるごとカレー

特典3



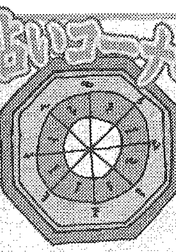
アンケートにお答えいただいたお客様にもれなくオリジナルトートバッグ&カタログプレゼント！

特典4 **似顔絵コーナー**



ご来場の記念にお子様の似顔絵は、いかがですか？

特典5 **風水占いコーナー**



風水の家相占いで、リモデルにお役立てください。（予約制）

ビフォー▶アフター！

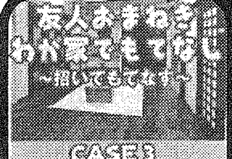
あなたの生活を変える4つのLDK空間が会場にそのまま出現！

夫婦いっしょ 家族いっしょ
～楽しくつどう～

CASE 1
リビングと一体化したテラスやリビングシアターがある孫や仲間が集まってくるプラン

料理こだわり 趣味それぞれ
～趣味にこだわる～

CASE 2
「キッチン周りに妻のスペース」+「リビングの一角に夫の書斎」で気配を感じつつプライベート感を演出 お互いの時間を尊重しあえるプラン



CASE 3
明るく広々とした「もてなし」のスペースはいつでも間仕切り可能。いつも仲間と楽しめるプラン

自然ふれあい のんびりゆったり
～健やかにすごす～

CASE 4
内と外がつながるオープンで開放的な空間と室内にあるインナーガーデンで毎日自然に触れあえるプラン

お年寄りが安心できる住まいづくり

普段、なにげなく過ごしている家の中も、お年寄りにとっては危険な個所があちこちに潜んでいます。実際にお年寄りのケガで一番多いのは、家の中での転倒によるものです。事故を防ぎ、介護しやすく、されやすい住まいの工夫を考えましょう。

主な改修箇所

- 玄関
- 廊下
- ドア
- 浴室
- 浴槽
- トイレ

介護保険利用による住宅改修工事

介護保険の要介護・要支援認定を受けた人が、住宅改修をした場合は、申請により改修費用（消費税を含み、原則1住宅につき20万円まで）の9割が保険から給付されます。

●対象となる住宅改修●

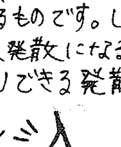
① 手すりの取付け
② 段差の解消
③ 引き戸等への取替え
④ 洋式便器等への取替え
⑤ 滑り防止の為の床の材料の変更
⑥ 浴槽の取替
⑦ その他、以上の項目に付帯して、必要となる住宅改修

※詳しいコトは、当社まで…

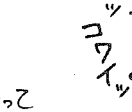
一人でやりたい 気分転換術

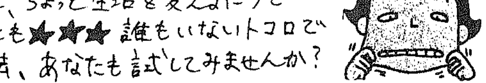
仕事、学校や人間関係など、ストレスは誰でもかかえているものです。しかし、ちょっと生活を変えるだけでストレス発散になることも★★★ 誰もいないトコロでこっそりできる発散法、あなたも試してみませんか？

その1 大声を出す



おなかから力を振り絞って大きな声を出すと、脳が刺激され、新陳代謝が活発になると言われています。また、おもいっきり笑えばストレスが減るだけでなく、副交感神経を活発にし、免疫力を高めるなどの効果もあるそうです。つくり笑いでも、効果があるというデータも★★★





その2 顔トレ♪♪をする

鏡に向かって、いろいろな顔をつくってみましょう。大げさな笑顔やおもいっきり口を開けたり、泣いたり、怒ったり…。両手を顔に添えて、ほおの肉をずらしたり、引っ張ったりしてもOK！です。顔全体を運動させるような気持ちでやってみましょう。

その3 嫌なコトを紙に書いて捨てる

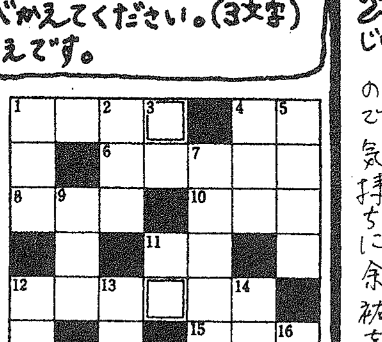
今一番嫌なコトを紙に書き出して、それを破って、クシャクシャにしてゴミ箱に放り込んでしまいましょう。心が晴れない原因を書き出してみると、整理がつき、意外なほどスッキリしますヨ★★★

クロスワードパズル

すべてのマス目を埋めたら、二重マスの字を並べかえてください。（3文字）それが、答えです。

ヨコのカギ

① 秋篠宮家に男児誕生!!
④ 脂ののったマグロの部分
⑥ 推理小説家＝〇〇〇〇〇作家
⑧ この季節には欠かせない暖房器具
⑩ 『はいっ!!』を英語で言うと？
⑪ 赤く咲くのは～♪（by.藤圭子）
⑫ 惑星名から番号に変わっちゃったんです
⑮ 『ハウマッチ？』を英語で言うと？
⑰ あいまいな色。〇〇〇〇色
⑱ マッチの持つ部分



タテのカギ

① 邪馬台国の女王です
② 「あなたには、ナイショ」♥
③ 九州自動車道のJCT
④ 長所
⑤ 〇〇〇ビーフ、たべたい
⑦ 営業マンの姿勢
⑨ 昔の洗濯必需品？
⑪ 「希有」の読みは？
⑫ はかりで計ったおもさ
⑬ 話す鳥
⑭ 赤ちゃんを育てるコト
⑯ 〇〇あれば、苦あり

答えがわかったら、すぐにお電話を先着10名様に…正解にまつわる商品をプレゼント!!
TEL：865-3070

→プレゼント係 オオクマ ケイコ まで、お願いします。

受験前の食事

ガンバレ♡ ファイトだ!! 受験生♡

この時期が勝負!!

受験生は生活のリズムが乱れやすく、どうしても疲れやストレスがたまりがちです。胃や腸などの消化器官は、ストレスを受けやすく症状の出やすい臓器。普段からバランスの良い食事を取るように心掛けましょう。

朝食は特に大事です。受験生は、朝からしっかり頭が働くようにしておかねばなりませんから、試験当日は試験開始の三時間前には起床して、

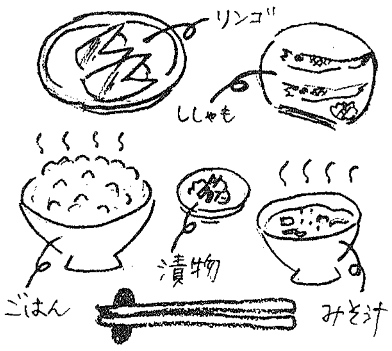
朝食で頭の回転活性化

体操や散歩などで体を動かし、食事を取り、体温を上げましょう。このように試験までにウォーミングアップしておくことをお勧めします。

食事で重視するのは、おなかをこわさないようにすること。試験前日の夕食や当日の朝食は、特別な食事ではなく、普段から食べ慣れている食事にしましょう。繊維の多い食品や熱すぎるもの、冷たすぎるものは胃腸に刺激を与えるので注意しましょう。また野菜や果物も食べて、ビタミンやミネラルも補いましょう。

試験は一日がかりで行われることも多いですが、その時はおにぎりやバナナなどでエネルギー補給を。パンやお菓子よりも消化吸収がゆっくりで、集中力の持続に役立ちます。時間がないからといって早食いは禁物。胃に負担をかけますので、気持ちに余裕を持ちゆっくり味わいましょう。

受験生のための食事例

ご飯にシシャモ、半熟卵入りの具だくさんみそ汁、白菜の浅漬け、季節の果物。