



毎朝、きちんと食べてますか？

飽食の現代、朝食を食べない子どもたちが10～20%を占め、年々増えているそうです。

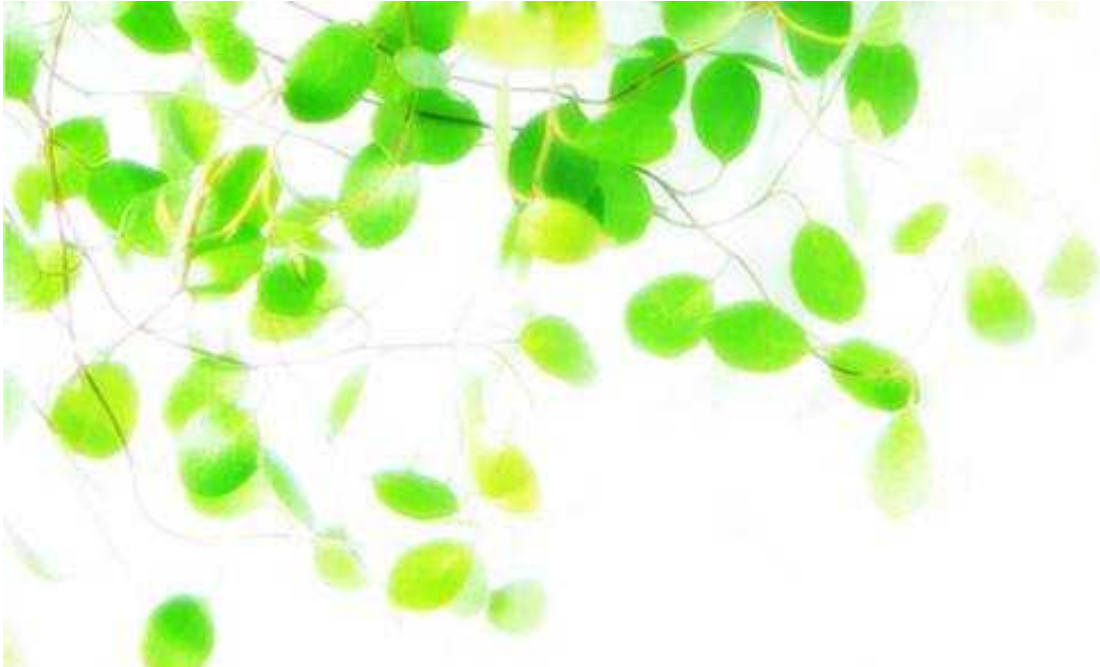
朝食を食べないと血糖値は昼過ぎまで低いままなので、午前中ボーっとして、ダルさが続きます。それに空腹感があるため、落ち着きがなくなり、イライラ状態に。

朝食を摂ると体温が上がり、心身ともにパワーアップ！！満腹感があり、精神的にも落ち着きがあり、やる気も出てきます。

子ども時代の一日はとても貴重！

元気よく意欲的に過ごすためにも、家族の顔を見ながら、朝食を食べたいものです。





そんな自然に家族のコミュニケーションがとれる
家づくりをするために、ぜひオススメしたいのが
「頭のよい子が育つ家のつくり方」です。

多くの方が家づくりに、子育てに
参考になったと感銘を受けています。

子育てに「住まい」がこれほど影響を与えるなんて、今まで考えてみませんでした。(千葉市 U様)

子どものことだけに焦点を当てたものではなく、家づくりに大切なものとは？家族とは？
など様々なことを教えてくれる本です。(鈴鹿市 M様)

今まで読んだ住宅関連の本は構造についてのものが多数を占めていました。
今回読んだこの本は、住宅建築を考える上で何が必要かを教えてくれた気がします。
家族のコミュニケーションとはこういうことなのかと感じました。(平塚市 K様)

子育てと家づくりを夫婦で楽しもう！そんな前向きな気持ちになりました。(千葉市 J様)

家づくりを検討中の人は必読だと思います。金額だけに目がいてしまいましたが、
自分たちにとって家とはどうあるべきなのか考え直したいと思いました。(東京都 I様)

住宅のプロが
書いた

頭のよい子が
育つ家の
つくり方

松本 祐
Yutaka Matsumoto

行列のできる工務店社長が明かす
家族みんなが幸せになる
家づくりの極意

現代書林

家を建てるときに見失ってはいけない大切なことが分かる本