



- 1 **羅針盤** 10年で10倍の成果を得る
- 4 外装一式は躍進にお任せください！
- 5 浴室の安心・安全を確保
- 7 発売以来好評 スカイコートW
- 9 木材劣化診断士が守る「家の安心・安全」
- 10 災害時の在宅避難「必要だと思う」65%

10年で10倍の成果を得る



得た知識を実践する

我が株式会社躍進では、3KM プログラムを実践しています。今月も、3KM プログラムについてご説明いたします。

今月は、まず、脳生理学とならぶ 3KM プログラムの柱の一つである、行動科学についてお話しいたします。

我々の人生は、知識を構築するだけでなく、様々に得た知識を利用して行動、実践することです。クイズ王になるのなら別ですが（笑）。

ある意味で、人生はスポーツみたいなものです。

例えば、理屈・知識において、泳ぎ方を知っても、実際に水の中に入って泳ぎの練習をしなければ泳げません。

自転車も同様です。その他のスポーツ全般に言えることです。すべて実践に勝る修得なしです。それが理論と実践の差でしょう。

勉強もセミナーも大事ですが、それを活かすのは行動、実践なのです。日々忙しく行動していると思いますが、人生のバランスを考えて行動することです。

人生を大きく分けると、自分自身、家庭、会社や社会の3つのテーマがあると思います。

そのうえで、人それぞれ経験や価値観が違いますので、何をするかは自分自身が決めることです。

ただ、どんな事を考えないとならないか？それが人生の 18 分野です。
項目だけを挙げると、

個人では

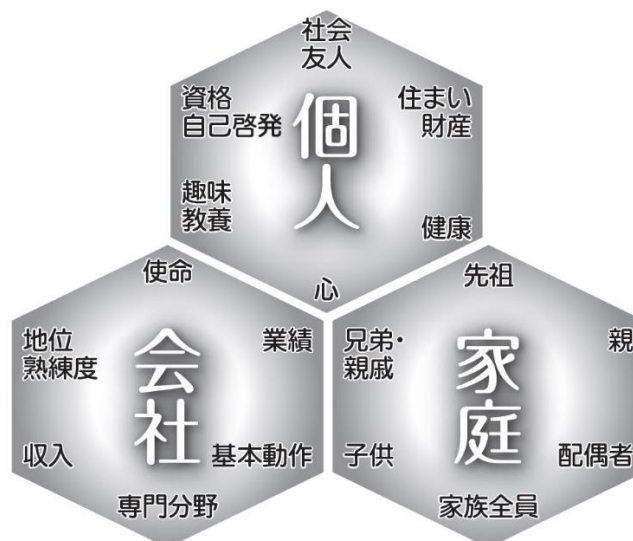
社会・友人、住まい・財産、健康、心、趣味・教養、資格・自己啓発の 6 分野。

家庭では

先祖、親、配偶者、家族全員、子供、兄弟・親戚の 6 分野。

会社では

使命、業績、基本動作、専門分野、収入、地位・熟練度の 6 分野。



ハーバード大学の調査で、同じ時代の卒業生で、ただ頑張るぞとして社会に出たグループを A とし、業種を決めて頑張ったグループを B とし、同じ業種で自分の目標を紙に書き毎日確認実践したグループを C として、10 年後の成果が、B が A の倍、C は A のなんと 10 倍になるということです。

例えば、毎日、スタート日の自分より 1000 分の 1 だけ成長したとしたら、単純計算で、一年で 1000 分の 365、ただ休みや出来なかった日を考え、300 日に実行したとして年 3 割のアップです。

それを 10 年続けたら福利計算で 13 倍になります。10 年の長い間欠かさず実践するのは、普通の人にはなかなか無理だと思うかも知れません。

それでも、年3割しか成長できなかったとしても、成果は10年で10倍になるのです。

3つの鏡をバランスよく活用

3KMは継続するのが難しいと思う人、特に自分には無理と思う人で、三日坊主になってしまっても、4日目、5日目から、また3日間と行えば良いのです。

3KM手帳を使ってない一般の方は、問題が無くなれば、当初の目標をあきらめたり、忘れたり、続ける意欲がなくなってしまうのです。

しかし、その時あきらめず、3KM手帳で目標や計画を確認して実行すれば、10年で成果は10倍になるのです。

人生を振り返ると、問題もあったが、その時々頑張っ、何とかやってきたが、実際には、あれもやりたかったが時間的にできなかった、逆に、時間のある時はお金やいろいろな問題があつてできなかったという人が多いようです。

そこで、人生には3つの鏡が必要です。

1つ目は望遠鏡。遠く「人生100年」を考え充実した人生を送る。

2つ目は双眼鏡。3年後、10年後の計画を立て、確実に達成する。

3つ目は顕微鏡。今の足元のやるべき事を行動し実践する。

これらをバランスよく活用しないで、望遠鏡だけ見て、大きなホラを吹き、足を踏み外す人。双眼鏡だけで、計画倒れや将来を憂いたり心配する人。顕微鏡だけで、忙しく目先のことで終わる人。まさに、バランスがとれていないのです。

人生の成果を出す3KM開発者土屋公三氏による公式は次の通りです。

能力(10点満点) × 意欲(10点満点) の2乗 × 心の姿勢(10点満点) = 成果(1万点満点)

能力が満点の10点の人が、最大の意欲を発揮して努力し10点の2乗を乗算しても、心の姿勢が1点なら、1000点の成果しか得られません。法律違反などのマイナスを行えばすべてはマイナスになってしまいます。

まさに、渋澤栄一の『論語と算盤』同様、3KMという「論語」が大切になるのです。

問い合わせ先：一般社団法人3KM生涯幸福設計実践協会 HP：<https://www.3km.or.jp/>

外装一式は躍進にお任せください！

躍進のリフォーム総合提案「足場パック」は、現在オータムキャンペーンの真っ最中です。

「足場パック」の最大の特長は、足場掛けしてできる工事をひとまとめにして行い、コストを安く抑えるところです。そして、そのメインとなる工事は、防水と外壁塗装です。

特に秋は、冬を迎えるまでに外壁を塗り替えるというお客さまが多く、「足場パック」も外装一式工事の受注を多くいただいております。

最近では、これまで数多く手がけてきた戸建てに加えて、管理物件アパートの外装一式工事の依頼が多くなりました。そして、戸建て、アパートに限らず、外壁の塗り替え時を示す兆候として以下のような現象があげられます。



- ① 外壁を手でこすると手に粉が付いてくる。
- ② 外壁の汚れが目立つ。
- ③ 塗膜が剥がれている。
- ④ 外壁にひび割れが入っている。

もしこれらの症状が一つでもあてはまったら、それは塗り替えの時期がきているサインです。

そして、いまや、躍進の外装一式工事を代表する商品としてすっかりおなじみとなりました自然石調の装飾仕上塗材『エレガンストーン』(次ページ写真参照)は、自然石の無機系素材がベースで、建物のエントランス部分から、戸建て住宅の外壁にも用いられています。

自然の風合いを活かした意匠性が、壁面を多彩に演出します。

主な特長は以下の通り。

【意匠性】

豪華な自然石調の仕上がりが得られます。

【耐久性】

無機系素材の使用により耐久性に優れます。

【超低汚染仕様】

超低汚染型のクリヤートップを施工することで耐汚染性を向上させることができます。



本格的な冬のシーズンを迎える前に、外装一式工事を実施し、家の長持ちを実現してください。躍進までお気軽にご連絡ください。

浴室の安心・安全を確保 浴室換気乾燥暖房機

秋冬の定番季節商品

浴室用モデル  涼風暖房機：防水仕様 SDG-1200GB ●電源コード(棒端子接続)タイプ	脱衣室・トイレ・小部屋用モデル  涼風暖房機：非防水仕様 SDG-1200GS ●電源プラグ(コンセント差込)タイプ
生活防水 壁面取付タイプ 特定保守製品  BF-861RX BF-861RXR NEW	天井取付タイプ 特定保守製品  天井取付 タイプ 2室 同時換気 NEW 浴室にプラス1室を同時換気。 乾燥中でも他室の同時換気が可能。

10月ともなりますと、実り多き、本格的な秋が到来します。そして、これからの季節は、秋の深まりも一層となり、来たるべき冬に向かって、徐々に移行行く季節の足音を大きくしてまいります。

そのような中、躍進のリフォーム総合提案「足場パック」オータムキャンペーンの定番商品に、ご注文、お問い合わせが、多数寄せられています。

躍進では、ヒートショック対策用の浴室換気乾燥暖房機として、「壁面タイプ／浴室用／防水仕様」、「同／脱衣室・トイレ・小部屋用」、「同／換気扇内蔵タイプ」、「同／換気扇連動タイプ」、「天井取付タイプ」(前ページ写真参照)をご用意いたしました。

冬場の浴室の脱衣所やトイレ、廊下などで寒さにさらされると、血管の過度の収縮により血圧が急変動し、脈拍が早くなり、高齢者の場合、心疾患や脳障害などの事故につながることもあります。最悪の場合、急性心不全、心筋梗塞、くも膜下出血などによる突発的な死を引き起こします。

■ 高齢者が入浴した時の最高血圧の変化



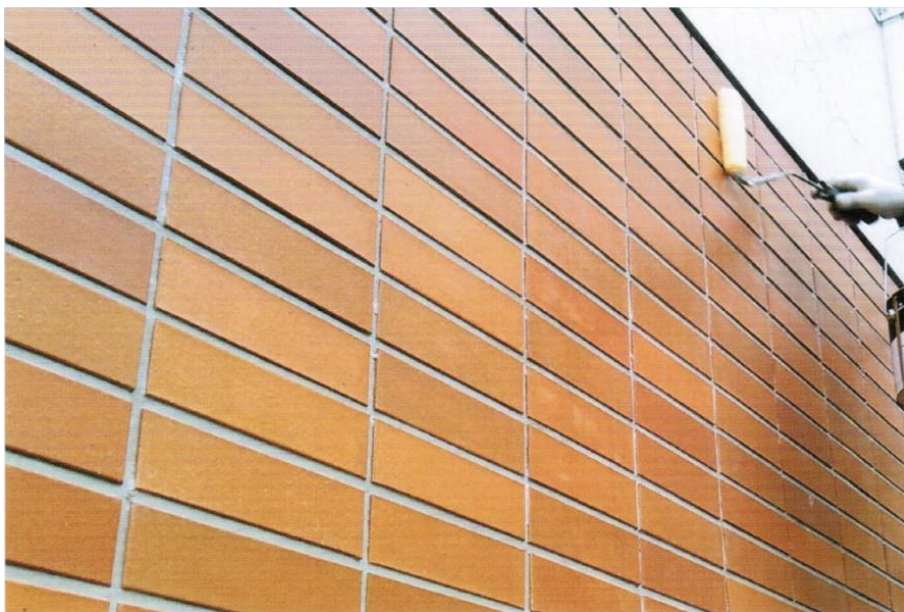
65歳以上の方は、たとえ健康に自信があったとしても、入浴時には注意が必要です。熱いお湯がお好きな方は、脱衣所と浴室の温度差が10度以上にならないように注意しなくてはなりません。さらに、高血圧・糖尿病・動脈硬化のある方、肥満気味の方、睡眠時無呼吸症候群や不整脈がある方、お酒を飲んでから入浴する習慣のある方などはヒートショックに要注意です。

入浴前にその都度浴室をシャワーで暖めたり、脱衣所にファンヒーターを移動したりするのは、負担が大きいままです。浴室換気乾燥暖房機によって、安心・安全を確保してください。ご注文、お問い合わせは、躍進までお気軽にご連絡ください。

発売以来好評 スカイコートW 水系ウレタン樹脂**タイル仕上げの意匠性を生かす**

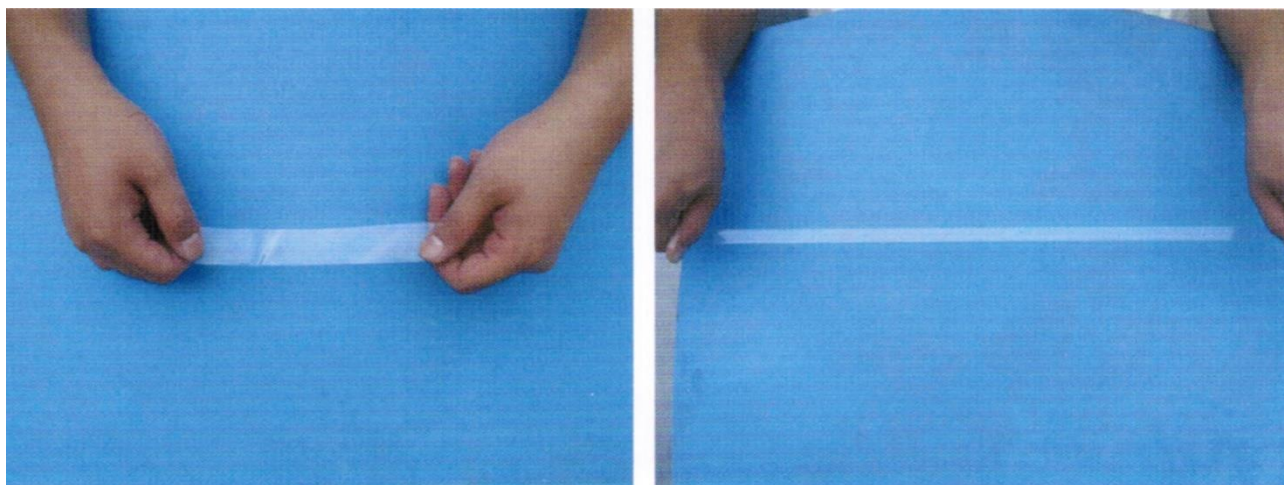
7月より躍進がご案内している、強靱で柔軟な被膜を形成するタイル張り面の透明外壁防水材『スカイコートW』は、発売以来ご好評をいただいております、ご注文、問い合わせが多く寄せられています。

透明度の高い水系ウレタン樹脂を主成分とした1液型外壁用透明防水材です。透明な塗膜なので、タイル仕上げの意匠性をそのままに雨水の侵入を防ぐことができます。

**オール水系**

プライマーを含めすべての構成材料は水系であり、危険物を一切含んでいないため引火や中毒の危険がなく、居住者・作業員・環境にやさしい材料といえます。

超高性能被膜



ウレタン樹脂の特性を生かし強靱で柔軟な被膜を形成し、驚異的なひび割れ追従性(20mm以上)、抗張積(2670N/mm)を備えています。

また専用プライマーにより磁器タイルの様な吸い込みの少ない下地へも強固に接着し、タイルの剥落の予防に寄与します。

優れた施工性

すべての構成材料は1液型のため煩雑な混合作業は必要ありません。壁面施工でもダレ難く、適度なレベリング性によりフラットな仕上がりになります。

防カビ・防藻機能

防カビ・防藻機能を付与しており、不快なカビや藻の発生を抑制します。

施工仕様

工 程		使用材料	塗布量(kg/m ²)	塗布回数	塗布間隔(目安)	塗装方法
1	プライマー	スカイコートWプライマー	0.1~0.2	1	春秋 約2時間 夏 約2時間 冬 約3時間	ローラー
2	防水層①	スカイコートW防水材	0.2~0.3	1	春秋 約3時間 夏 約3時間 冬 約5時間	刷毛、ローラー
3	防水層②	スカイコートW防水材	0.2~0.3	1	春秋 約3時間 夏 約3時間 冬 約5時間	刷毛、ローラー
4	トップコート	スカイコートWトップ	0.1~0.2	1~2	—	刷毛、ローラー

高い防水性に加えて、意匠性の確保や、施工性の高さなど、各方面で多大な評価をいただいております。

『スカイコートW』のご注文、お問い合わせは、躍進までお気軽に。ご連絡をお待ちしております。

木材劣化診断士が守る「家の安心・安全」



床下点検に多くの実績がある躍進には現在、4人の**木材劣化診断士**がおります（上写真参照）。これまでにご紹介を重ねてまいり、すっかりおなじみになりました。

木材劣化診断士は、木材の生物劣化（腐朽と虫害）の診断技術の専門家です。外構の中心となる木質構造物の生物劣化の現況を診断する様々な能力を有しています。また、補修や修理に関する助言、改修や維持管理に関する助言を行うことができます。

木材劣化診断士が習得した診断技術は、住宅などの劣化診断にも適用可能です。住宅と外構の劣化のポイントをおさえ、木材とその劣化、構造別の劣化の特徴を把握しています。

「地域のホームドクター」として大活躍

そんな木材劣化診断士は、躍進の「**地域のホームドクター**」として活躍中です。

躍進は「地域のホームドクター」として、地元を中心に、多くの皆さまの暮らしを見つめてまいりました。

幸せなホームを実現するには、その入れ物であるハウス（住宅）が健全でなければなりません。肝心なのは、治療だけでなく「**住まいの予防医学**」を実践することです。

その中でも、床下点検は、「住まいの予防医学」を実践する「地域のホームドクター」である躍進のまさに背骨ともいえる部分です。

シロアリや腐朽菌によって食害・侵食された家屋の耐久性は著しく低下します。耐震強度も下落し、新築当初の性能は保証できません。もし大きな地震等に遭い、家が傾くほどの損傷を受けた場合、その資産価値はゼロになってしまうのです。

そのため、床下点検を行い、土台や束などの木材の状態をチェックし、適切な処置を施さなくてはなりません。

その最前線で活躍しているのが躍進の木材劣化診断士であり、「地域のホームドクター」としての役割を果たしているのです。

床下点検は、前述の通り、まず土台や束などの木材の状態をチェックします。

点検で蟻害や羽蟻の発生を確認するのですが、浴室などの水周りだけでなく、玄関にも羽蟻が発生しやすく、見落としがちになってしまいます。

こうした点を満遍なくチェックするのが、「地域のホームドクター」なのです。

床下点検からはじまる「家の安心・安全」は躍進におまかせを。ご依頼、ご相談などお気軽にご連絡ください。

災害時の在宅避難「必要だと思う」65% エヌ・シー・エヌ調べ

木造耐震設計事業などを手掛けるエヌ・シー・エヌ（東京都港区）は、「耐震・地震に関する意識調査」を実施し、その結果を発表しました。

新型コロナウイルスの流行を受け、在宅避難への意識がどのように変化したか尋ねたところ、「以前から必要だと思っていた」との回答が 36.0%、「以前は必要だと思っていたが、必要だと感じるようになった」が 29.3%となりました。

65.3%の人が在宅避難の必要性を感じている一方、「大地震が起きたとき、安心・安全に在宅避難を行う自信がある」と答えた人は 30.0%にとどまったようです。

このほか同調査では、都道府県別の耐震意識をスコア化し“耐震県ランキング”を作成。それによると、耐震県トップは「愛知県」、2位以下は「神奈川県」、「三重県」、「宮城県」、「千葉県」と続きました。下位については、「島根県」（45位）、「沖縄県」（46位）、「長崎県」（47位）となりました。

調査対象者は、全国 47 都道府県 2444 人（各都道府県 52 人）。

株式会社 躍進 本社 〒337-0043 埼玉県さいたま市見沼区中川106-1 ☎048-688-3388 ☎048-680-7615 東京 〒107-0062 東京都港区南青山2-2-8 DFビル2F 営業所 ☎03-6804-2541 ☎03-6804-2542 URL=http://www.yakushin.jp E-mail=yakushin-no1@nifty.com	関連会社 不動産事業 株式会社 ヤクシンジャパン 関連会社 First Arrows ファーストアローズ	事業内容 防水工事：FRP、ウレタン、塩ビシート、 ゴムシート、アスファルトシーリング、注入、 ビンニング、シングル葺き 木材保存工事：床下点検、シロアリ駆除 及び予防、調湿剤、床下換気 等 塗装工事：各種塗装 外部点検：屋根、陸屋根、バルコニー、 外壁 等診断
---	---	---