

電建かわら版

2020年
11月号

発行: 松下電建株式会社 / 〒506-1161 岐阜県飛騨市神岡町船津1478 TEL: 0578-82-0417

松下電建株式会社は、日本政府と共にSDGs(持続可能な開発目標)に取り組んでいます。



こんにちは富山市の電建エンジニアリング㈱ 平野 瑛一です。
私は旧大沢野町から通っています。小中高も地元の学校でした。私には子供が3人います。先日その中の子が運動会でした。コロナ禍のため、運動会も短縮、縮小での開催となりました。そんな中でも元気に楽しそうに一生懸命な子供達を見て、今できることを精一杯やるしかない状況なんだと改めて思いました。皆様もコロナウイルスの為、何かと大変な思いをされていると思いますが、ウイルスに負けないよう、前向きに頑張りましょう。ご家族皆様、どうぞご自愛ください。

当店は新型コロナウイルスに十分配慮して営業しております。
住まいのことでお悩み等ございましたら、お気軽にご来店・お問い合わせください!

快適リフォーム 回版

冬の「ヒートショック」を防ぐ! 5つの対策!!

毎年、この時期に気をつけていただきたいのが「ヒートショック」。ヒートショックは、暖かい室内から寒い廊下やトイレに移動したり、寒い脱衣所で着替えた後、温かい湯船につかったりして、急激な温度変化によって血圧が大きく変動することで起きる健康被害です。対策をご家族で確認くださいね。



POINT 脱衣所は暖かく、湯温は41℃以下に

脱衣所やトイレにオススメなのが「コンパクトヒーター」。最近では人感センサー搭載のものがあるので、電源の切れ忘れがありません。暖房がない場合は、浴室を開け、浴槽のふたを開けておくと、寒暖差がなくなります。



POINT 入浴時は、家族にひと声かけよう

入浴時は家族にひと声かけて、とくに高齢な方には、5分おきに様子を見てあげましょう。また、浴槽にふたを置いておけば、もし気を失っても、ふたにもたれかかれますので、予防対策になります。



POINT 飲酒後の入浴は控える

飲酒をすると血圧が下がります。入浴中も血管が拡張して血圧が下がります。飲酒後の入浴は、血圧が二重に下がりがやすく危険なので、控えましょう。



POINT 入浴前に血圧を測定

高齢者の場合、体調が悪くても気付かぬうちに、入浴前に血圧を測定すると、体調を知る目安になります。血圧が高いときは、用心してください。



POINT 若くても油断は禁物

ヒートショックは、若い人でも起きます。入浴関連死が深夜から早朝にかけて多いのは、発見者がいないためです。一人暮らしの方は、深夜や疲れているとき、浴槽につかる入浴は控えるようにしましょう。

家族の健康を守る
「あったか浴室
リフォーム」
ご相談承ります!

お客様の声

換気扇について
知りたい!

換気扇だけを取り替えるって
できるの?

年末に向けて、早めにお掃除しようとお考えの方、まず、換気扇をチェックしてはいかがでしょうか?

お風呂 お風呂の換気扇を見上げてみてください。

入浴中、ふと天井を見上げて、ホコリにギョッとしたことありませんか? そのまま放置していると「カビ」が発生しやすくなります。月に1回くらいのペースで掃除をしてあげてください。

掃除機でホコリを吸う!



お風呂の換気扇は24時間つけっぱなしがオススメ!

換気扇は回っている間だけ効果が発揮されます。スイッチを切ってしまうと、湿気や臭いが浴室内に留まってしまうので、なるべく運転したままがオススメです!

20Wの換気扇を
1日中つけっぱなし
でも電気代は
12円程度!



耐用年数は約10年~15年が目安です!

こんな症状
ありませんか?

動かすと
異音がある

なんだか
異臭がある

あまり換気
されていない

10年ほど使っていて、こんな不具合を感じたら、換気扇の交換をオススメします。

キッチン 汚れたまま放置はこんなリスクがあります!

レンジフード(換気扇)のお掃除って面倒ですよね。まだいいかと放置すると、余計に大変なことになるリスクがあります。

カビや雑菌が
繁殖する

換気能力が
低下する

電気代が
上がる

換気扇が
故障・劣化する



レンジフードの交換のみも承ります!

プロにクリーニングを頼むのもいいですが、年に数回行くと、費用もかかります。10年くらい使っている場合は、レンジフードの交換をおすすめします。キッチン全部をリフォームしなくても大丈夫です。レンジフードの交換だけできますよ~!!

最新のレンジフードは、
汚れにくく、掃除しやすい!



リフォーム アウトレット

大沢野店 飛騨店 高山店



迅速対応 日本一 松下電建株式会社

飛騨市神岡町船津1478 営業時間 9:00~17:00 年中無休

お気軽に
お電話ください! 0120-0417-44

ただいま求人募集

動画で紹介中!

リフォームアウトレット「大沢野店」ではゼロエネ住宅体験が出来ます。太陽光発電、蓄電池、HEMS、V2H、など、未来の住宅を体験下さい!



知ってク情報

だんだん寒くなってきたので、「温活」しましょう! 体を温める野菜と、体の熱を逃がす野菜

野菜には「**体を温める野菜**」と「**体の熱を逃がす野菜**」があるのをご存知ですか?
ぜひ、知っておいて、積極的に温める野菜を摂り、「温活」しましょう!



● 体を温める野菜 (冬が旬)

人参・かぼちゃ・ゴぼう・れんこん・玉ねぎ・じゃがいも
(地中で育つ、暖色系、水分が少ない)

● 体を冷やす食べ物 (夏が旬)

きゅうり・キャベツ・レタス・ナス・ほうれん草・トマト
(地上で育つ、寒色系、水分が多い)

野菜を美味しく! 電子レンジでできる簡単レシピをご紹介します

かぼちゃときのこベーコンのホットサラダ



かぼちゃ: 200g しめじ: 150g
ベーコン: 30g (ブロック) バター: 10g
プロセスチーズ: 40g 塩・胡椒

- かぼちゃは、1.5cmくらいの厚さ、ベーコン・プロセスチーズは拍子切り、きのこは食べやすい大きさに切る。
- 耐熱容器にかぼちゃとベーコンを入れてラップをし、電子レンジ(500W)で4分加熱し、そのまま2~3分おく。
- ②にきのこプロセスチーズ、バターを入れ、さらにレンジで3分加熱。塩、胡椒して、ざっくり混ぜ完成! お好みでナッツやパセリのみじん切りをどうぞ。

にんじんのハニーマスタード



にんじん: 400g
(厚さ3mmの細切り)
A オリーブオイル: 大さじ1
粒マスタード: 大さじ1
はちみつ: 大さじ1 塩: 小さじ1/2

- 直径約 25cmの耐熱ガラス製ボウルに、にんじんを入れる。
- ラップをふんわりかけ、レンジで6分加熱後、水気を切り「A」であえて完成!

最新の電子レンジは、**ワンボウルメニュー**もいっぱい搭載されていますよ~!



ちよこっと息抜き

11月11日は「配線器具の日」ですよ~\(^o^)/

11月11日は、1年の中で、10月10日に次いで、**2番目に日本の記念日が多い日**だそうです。最もよく知られているのは、江崎グリコが平成11年11月11日に「1」が6個並ぶおめでたい日として制定した「ポッキー&プリッツの日」でしょうか。家電業界では、「11」をコンセントの差込口に見立てて、「**配線器具の日**」を宣伝しています\(^o^)/

安心・安全・快適な暮らしのために、配線器具を定期的にチェック

配線器具とは、住宅の電気の入口である分電盤、壁のスイッチ、家電製品のプラグ、プラグを差し込むコンセント等のことです。ホコリが溜まっていないか、タコ足配線になっていないか等、毎年チェックする日にしてくださいね~



ちなみに、「+ + +」が「+プラス」と「- - -」が「-マイナス」に見えることから、「**電池の日**」でもあります。

生活お役立ち情報

今のうちに「冷蔵庫」をスッキリ片付け!

冷蔵庫の中で、いつのまにか奥に入り込んで、見ないふりをしている物体(笑)はありませんか? 年末前に、さあ、整理しましょう!!

整理すれば、**電気代の節約に!**

ポイント

一気に冷蔵庫の中を出す。収納は7割から8割にする

まず冷蔵庫の中に入っているモノ/全てを出します。賞味期限切れの食材がないかチェックし、あったら迷わず処分します。もったいないと思っはダメですよ



ポイント

基本は「上段は常備食材」「中段・下段はよく使うもの」

仕分けができたなら、使いやすいように収納していきます。ポイントは、よく使うモノ/目の高さ(中段)に配置し、中でも賞味期限が短いモノを手前に置くことです。



- 【上段】** 粉ものやカレーなど
- 【中段】** 残り物や調味料、ヨーグルトや豆腐など賞味期限が早いもの
- 【中下段】** 小さな食材は種類ごとにボックスでまとめる



冷凍室は「**たて収納**」がおすすめ。見えやすく・取り出しやすく・残量が分かりやすいです。

野菜も立てて保存した方が長持ちしやすいですよ~

ちょっと省エネ。
冷蔵庫の設定が「強」の場合は、「中」にしましょう。夏場も室内は冷房で冷やされているので「中」がオススメです。「強」から「中」にすると、**年間で1,300円くらい節電**になります。

編集後記 “ちよこっと、ひと休み”

今月のニュースターはいかがでしたか? 最後に頭をほぐしていただく、クイズです!!

先月のクイズの問題は
週に2日しか使えない楽器はな~んだ?
答えは「**木琴**」。木(曜日)と金(曜日)に**使えます(^o^)** 簡単でしたね

さて、今日の問題...
...今日のクイズ...

電気屋さんである物を買ったら、お菓子が**おまけ**についていました。何を買ったでしょう?

答えは来月のニュースターで発表します! 今月も、スタッフ一同よろしくお願ひいたします!!

リフォーム アウトレット

リフォームアウトレット高山店 TEL:0577-72-3669 FAX:0577-72-2569
高山市国府町金桶 8



リフォームアウトレットひだ店 TEL:0578-82-0417 FAX:0578-82-5003
飛騨市神岡町船津 1478



リフォームアウトレットは豊富な施工実績と、熟練の技術者による質の高いサービスで、昭和27年創業以来、地元の皆様にご愛顧いただいております。「まかせてよかった」そう言っていただけ「安心」をご提供いたします。「**見て触れて納得**」してください。スタッフ一同心よりお待ちしております。