住まいのことなら
LIXIL
リフォームショップ

リフレッシュのお手伝い
エコキレ通信

エコキレ 検索

NO. 62
2020年 7月発行

LIXIL リフォームショップ エコキレ
リフォーム・ルームクリーニング・家事代行

住所：埼玉県川越市仙波町3-16-13
TEL ：049-227-6316
FAX ：049-227-6317
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ ：http：//ecokire.jp
営業時間：10:00～18:00
定 休 日：日曜・祝日

7月 MENU
ワンコインクッキング

おかず 前半
餃子の皮でカップグラタン風

じゃがいも、ピーマン、玉ねぎ
ベーコン、チーズをのせ焼いて完成

お菓子
黒糖わらび餅風

黒糖たっぷり
冷やしてどうぞ

おかず 後半
チーズちくわのコロコロ肉巻き

ちくわにチーズを挟んで
肉で巻きました

お家の中で快適に！
今年は自然換気を愉しむ夏に！

～さわやかな風が通る玄関へ

～勝手口用もございます～

さわやかな風が通る
「LIXILの採風シリーズ」

※雨戸やシャッターを閉めたまま風を入れるので防犯面も安心です

～雨戸でロックをし窓を開けて
風を入れ快適なリビングへ～

～ルーバー（可動羽）で風量の調整ができるシャッターもございます～

今回はＬＩＸＩＬの自然な風を感じ取れるリフォームドア・窓商品をご案内いたしました。
お家でクーラーも快適ですが、採風ドアのリフォームで自然な風を感じてみては・・・

お問い合わせはこちらまで⇒ 0120-859-041

家事代行

何かと話題になっている家事代行サービス！
いつも同じ女性スタッフ2名が
働くママ＆パパをサポート致します！

水まわりプラン
（1回1時間　月3回16,200円(税別)～）

浴室・キッチン・洗面所・トイレの水まわりを含むお部屋のお掃除を定期的に行います。
忙しく掃除まで手が回らない方におすすめ！

お部屋のお片付け掃除プラン
（1回2時間　月1回11,400円(税別)～）

お部屋の整頓・掃除機掛け・
拭き掃除・洗濯物たたみなどを定期的に行います。
水まわりのお掃除は行いません。
部屋のお片付けが苦手な方におすすめ！

3キュー 子育てチケット

T-POINT 当店でTポイントが貯まります。

まずは「お試しプラン3,000円(税別)」をご利用ください

049-227-6316

Chottoいいかも

夏の冷え対策で快適な暮らしを

腹巻は色やデザインがおしゃれで服に響きにくい薄手のものもたくさんありますよ！

冷房は熱中症対策として大切ですが、体が冷えることがありますね。冷たい飲み物の摂りすぎも冷えの一因に。体が冷えると、だるさなどの体調不良にもつながります。そこで、解消法をご紹介します。

①お腹をカバー…お腹を温めることで、冷えの緩和が期待できます。また、家では首・手首・足首を専用のカバーで温めるのも効果的。
②ときどき、温かい飲み物を…暑い日は冷たい飲み物がおいしいですね。でも、摂りすぎは禁物。温かい飲み物で体の中から温めましょう。食事にみそ汁やスープを取り入れるのも良いですね。
③夏こそ湯船に浸かる！…暑いとついシャワーで済ませがちでは？夏こそ、ゆっくり浸かって血流を良くすることで、夏の冷えによるむくみの解消にもつながります。温度は37～39度程度で10～20分浸かるのが良いそうです。

体を温める食材・冷やす食材

体を中から温めてくれる食材を積極的に摂るのも良いですね。
たとえば、ねぎは、血流を良くして体を温めてくれるほか、胃腸の働きも良くしてくれるそうです。また、しょうがは広く知られていますね。ビタミンEが豊富なにんじんや水溶性食物繊維が豊富なごぼうも血行促進に効果的だそうです。逆にパイナップルや柑橘類、トマト、きゅうりなど水分を多く含む食材は体を冷やすので、摂りすぎにはご注意を。

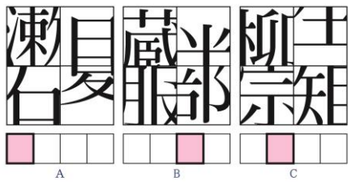
ミントなど清涼感のある入浴剤を使うのもおすすめ♪

手でふくらはぎを包み、下から上へと揉んだり、さすったりするとむくみ解消が期待できます。

熟語探し

※答えは右上にあります！

A～Cは漢字四文字の人名の各漢字の一部を拡大したものです。人名を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を答えてください。

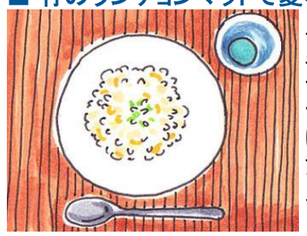


答え

Interior

雑貨店はもちろん、100円ショップにも豊富に揃う竹のざるやカゴを取り入れて涼しげなインテリアを楽しんでみませんか？　素朴な質感もなんだかほっこりしますよ♪

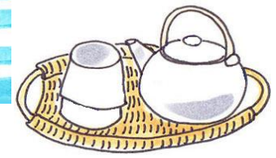
■ 竹のランチョンマットで夏らしい食卓を演出



シンプルな食器でも、竹のランチョンマットを使うだけで、とっても夏らしい雰囲気に。汚れたら拭くだけとお手入れも簡単です。

■ 竹ざるをさまざまに活用！

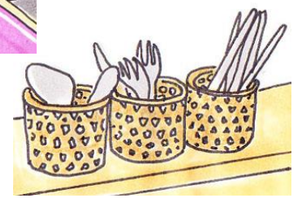
いつものごはんもちょっと良い感じに♪



食器代わりにしたり、洗い受けにしたり、普段使いの食器を入れておくだけでもとっても絵になります。

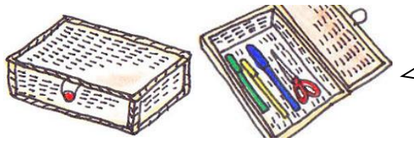
■ 竹かごをお部屋のインテリアに

キッチンではお箸やスプーンなど、玄関ではスリッパを入れるだけでおしゃれ！



出し入れもしやすいですね！

■ フタ付きなら、中身が雑多でも見ためが素敵♪



文房具もざっくり♪

フタ付きなら、ハンカチや薬類などを入れられ、多少雑多でもスッキリ見せられます。

※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

LIXILリフォームショップ　エコキレ代表のご挨拶

こんにちは。ちょうど前年の同月号が記念すべき50号でした。その節はクイズにご応募いただきありがとうございました。緊急事態宣言も解除され、少しずつ日常が戻っております。しかしまだまだ予断を許さない状況かとは思いますので皆さまもお気を付けください。ところで、全国民1人1人に10万円が支給されましたが、皆さまのところには届いたでしょうか。そしてどんなことに使用されるのでしょうか。話は変わりますが、埼玉県では新型コロナウィルス以前より3人以上お子様が生まれたご家庭には、申請すると３キュー子育てチケットというものが配布されます。様々な用途に使うことができるこのチケット、エコキレだとルームクリーニングや家事代行サービスに使えるというのは皆さんご存じでしたか？最近はこのチケットをご利用したルームクリーニングのご依頼が非常に増えております。日頃子育てで忙しい奥様の家事軽減のためにも是非エコキレにご依頼ください。

一方、リフォームの場合、商品の流通も戻ってきておりますが、未だショールームは限定的なご利用となっております。なかなかスムーズなご案内ができず申し訳ありません。先月もお伝えしましたが、オンライン相談もできるようになりました。未だご不安なかたもおられると思うので、何かご相談がありましたら、まずは電話かメールにてご連絡いただければお客様のご希望の方法にてご要望をお聞きします。これから暑くなる上にマスク着用で熱中症も心配です。皆さまも健康にはお気を付けください。