



リフォーム相談会

10月16日(土) 10時～15時

場所：エコキレ店舗
川越市仙波町3-16-13

※ Zoomによるオンライン相談も可能です。
ご希望のかたは店舗までお問合せ下さい。

ワンコインクッキング



お菓子 前半
さつまいもの天板ケーキ



お菓子 後半
抹茶風ケーキ



おかず
きのこバーグ



秋の夜長はお風呂でリラックスといきましょう



LIXIL SPAGE<スパージュ>

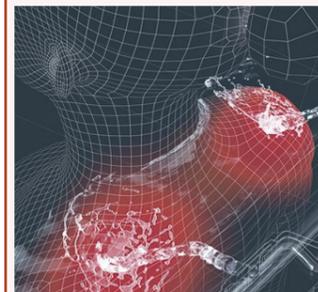
お風呂を愛する国の、バスルーム
湯を、愉しむ。時を、味わう。それは、人生を豊かに潤す



秋が深まって夜が長くなるとなんだか気分が落ち込む…
そんな人はバスタイムの過ごし方を工夫してみましょう。
自分を癒す時間を積極的に作り、心と体をいたわりましょう



「肩湯」を使用した半身浴は、全身浴より
リラックスできます。
浴びた時の心地よさ、流れ出る湯の美しさ、
せせらぎのように静かで心地よい水音など、
五感に訴える極上の時間。リラックスの度合いを
測る副交感神経の測定でも、その効果が見られます。



「肩ほぐし湯」

温水の適度な刺激は緊張した筋肉をやわらかくほぐし、ゆるめる効果があります。膜状の吐水の下に隠されたウェーブ状の水流は、両肩の緊張しやすい筋肉周辺をリズムカルな刺激でほどよく刺激。



「腰ほぐし湯」

勢いよく吐出されるウェーブ状の噴流による刺激が、まるでさすられ解きほぐされるような刺激で心地よいマッサージ感を腰まわりにあたえます。

タイルの浴室が寒い。カビが気になる等でリフォームをご検討の方は寒さが厳しくなる前には是非、ご相談下さい。



お問い合わせはこちらまで⇒ ☎0120-859-041

Easycraft

アイテムを手づくりしたり、100円ショップのグッズを手軽に取り入れて、おうちでハロウィンを楽しみませんか？

■ コップに顔を書いて、ランタンに♪



100円ショップなどで見られるプラスチック製の使い捨てコップに顔を書き、LEDライトをかぶせれば、お手軽ランタンのできあがり♪



紙コップに顔を書いたオレンジの紙を貼り、取っ手を付ければ、お菓子入れにも！

■ 三角に切った紙でガーランドを



色画用紙を三角に切り、麻ひもなどに貼りつけて、壁などに飾れば、かわいいガーランドに。

顔を書いてもかわいいです♪

ひもを蛇腹の内側に貼れば宙づりしやすいです。

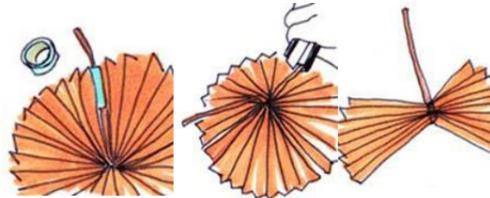
■ ペーパーファンをハロウィン仕様に



色画用紙でつくることのできるペーパーファンに折り紙で目と鼻、口の形を切って両面テープなどで貼れば、かわいいハロウィンの飾りになります。

●ペーパーファンのつくり方

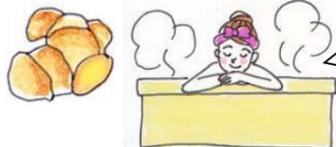
- ①A4の色画用紙を、縦向き・横向きにそれぞれ半分に折り目をつける。
- ②色画用紙を開いたら、縦にして上下、中心に向かって折り、開いたら、2回、蛇腹折りにする。
- ③同じものを2枚つくったら、つなげて2ヶ所、ホチキスで留める。
- ④中心の折り目部分をひもで結び、蛇腹を開いて、接合部分をホチキスで留めれば完成。



※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

Health

季節湯を楽しみましょう



ほっかほっか〜♪

生姜湯のつくりかた

- ①生姜をひと握り分、すりおろすか、細かく刻む。
- ②お茶パックなど、不織布の袋に入れて、お湯を張った浴槽へ。汁が残ったら、それも浴槽に入れ、10~15分ほど待てばOK。

10月、11月の季節湯のいいところ

10月の季節湯は「生姜湯」。ショーガオール働きで体の芯まで温まり、血行促進のほか、体のコリもやわらげてくれます。また、生姜にはたんぱく質を分解する酵素も含まれるので、汚れが落ちやすいそうです。11月の季節湯は「みかん湯」。保温効果はもちろん、湯冷めしにくいとも言われています。また、クエン酸やビタミンCも含まれるのでお肌にも良いです。

秋が深まると、あったか〜いお風呂が楽しみになりますね。そこで、日本に昔からあるお風呂文化「季節湯」を取り入れてみませんか？ここでは、10月と11月を紹介します。

●10月は生姜湯

生姜は、体を温める効果があることが知られています。その成分のひとつであるショーガオールは、加熱することでできてくる成分。お風呂でも体を温めてくれます。

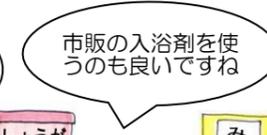
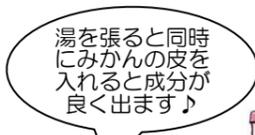
●11月はみかん湯

みかんの皮は「陳皮(ちんぴ)」と呼ばれ、昔から漢方として用いられてきました。皮には、リモネンという精油成分が含まれ、リラックス効果が期待でき、副交感神経を活性化させ、血流促進につながります。

みかん湯のつくりかた



- ①みかんの皮(10~20個分)を軽く水洗いし、陰干しする。
- ②乾燥したら、排水口ネットなど、不織布の袋に入れる。
- ③入浴中に少し揉むと良い。

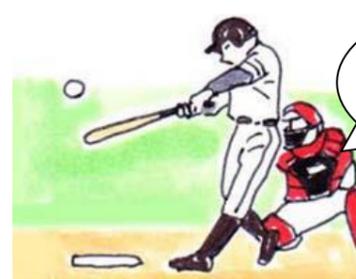


※お肌に合うか心配な方は、お風呂の湯をコットンなどにしめらせ、腕の内側などに数分貼るなどしてご確認ください。
※入浴時に刺激などを感じる場合は、すぐに洗い流してください。

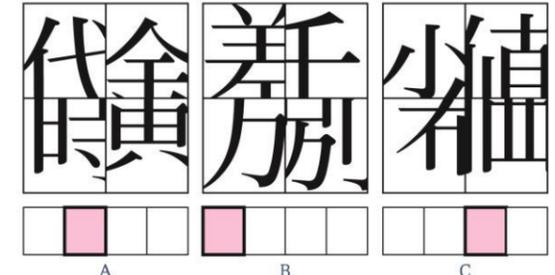
熟語探し

【45】

A~Cは四字熟語の各漢字の一部を拡大したものです。四字熟語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下さい。



これは価値のある一打です！



答え

※答えは右上にあります！

住まいメイト 兼 家事代行スタッフ 「契約社員」募集 !!

急募

～ 仕事内容 ～

- ・リフォーム後のアフターやエコキレを知っていただくための広報活動の仕事
- ・決められた日に決められた内容の掃除をしに個人宅へ伺う仕事



詳細の求人内容はこちらをご覧ください



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。まず初めに先月号にてお知らせしたホームページリニューアルの件ですが、公開予定日より遅れての公開になってしまいました。誠に申し訳ございません。今後、施工事例やお客さまからのアンケートなど、実際に施工させていただいたものを反映させることで他のお客さまが安心して当店にご依頼いただけるように充実させていきます。

また、個人的なことですが、8月お盆前に予防接種の2回目が完了しました。熱が出るのかなと変な期待をしたのですが、結局37.0°までで半日くらい倦怠感が残った状態でした。お盆休みをいただいた後は元気に仕事をしております。

リフォームにつきましては、少し前まではウッドショックなどの言葉を聞かれたと思いますが、今は東南アジアからの部品供給が滞り、給湯器などの製造が不安定という状況です。浴室のリフォームをされる場合に給湯器なども同時に交換される場合が多いのですが、できるだけ余裕を持ってご依頼いただくと大変助かります。今は起きていることに対してみんなで乗り越えていかなければならないと思います。私どもも社会に生かされていることを自覚しながらお客さまのために最適なご提案をし喜んでいただけるよう一つ一つ丁寧に仕事をしております。お住まいのことでお困りの場合はエコキレへご連絡下さい。リフォーム・ルームクリーニング・家事代行を通じて地域密着で引き続き頑張ります！