



顧客満足度 埼玉県 第1位 2023年

リフォーム相談会
2025年6月28日(土)
場所: エコキレ店舗 川越市仙波町3-16-13

※LIXILリフォームショップ(埼玉県内)で、リフォーム工事を注文されたお客さまへの満足度アンケート調査(2023年4月~2024年3月回収分)における平均点での順位。調査(集計)日:2024年4月/株LIXIL調べ。

LIXILリフォームショップ エコキレ代表の挨拶

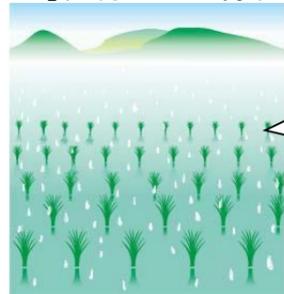
こんにちは。ついこの前まで寒かったと思ったら、夏日で暑かったりと気温の変化が激しい時期が続いています。皆さまはいかがお過ごしでしょうか。会社ではGWを過ぎると暑さ対策として服装の簡略化や空調服の装備、熱中症対策グッズを支給するなど暑さから身を守る対策を適宜取っています。もうすぐ梅雨になり、湿度も上がることから夏の暑さにまだ慣れていないこの時期は特に熱中症に気をつける必要がありますね。湿気といえば今月ご紹介している「エコカラット」シリーズはオススメです。内容はご案内を見ていただきたいのですが、エコキレではリフォームをする際にご提案させていただくことが多いです。新築マンションをご購入される際にアクセントとして貼りたいとご依頼をいただくことも多々あります。「調湿」と「脱臭」については個人で感じ方があるとは思いますが一定の評価をされるかたは多いです。様々な家のお悩みがあるかと思いますが、そのような時は是非エコキレにご相談ください。経験豊富なアドバイザーがご相談に対応させていただきます。よろしくお願ひ申し上げます。

何の日

6月6日は梅の日

日本人の生活や文化に深く根差してきた梅を再認識するとともに、受け継がれてきた伝統を継承したい、という思いから、2006年(平成18年)に制定されました。

和歌山県では、熊野本宮大社で「梅の日」の神事が行われたり、京都府の上賀茂神社と下鴨神社へ青梅と梅干の奉納が行われるそうです。
ちなみに、6月1日は「梅肉エキスの日」、6月10日は「梅酒の日」、7月30日は「梅干の日」です。



まさに、恵みの雨だったのですね!

人々はこの雨を「梅雨」と呼び、梅に感謝したそうです!



梅シロップもいいですね♪

これから梅が広く出回る時期になりますね! 梅干しや梅酒をつくらったり、味わったりしてみたいはいかがでしょうか。

梅の日の由来

室町時代の1545年当時、干ばつによって作物が育たず、田植えもできない状態で悩まされていたそうです。そこで、後奈良天皇が賀茂神社に詣でて梅を献上したところ、たちまち雷鳴とともに雨が降り、飢饉を逃れることができたという故事から来ているそうです。

エコキレがエコカラットプラスをおすすめする理由

- 心地いい湿度を保つ【調湿】
- においが気にならない【脱臭】
- 安心安全な空気【有害物質を吸着】
- 水拭きできるからさっとキレイ【水拭き可能な調湿建材】

ワンランク上の快適空間をご提案いたします

LIXIL エコカラットプラス【高機能内装用壁材】

部屋の壁に貼ることで、優れた調湿、脱臭機能を発揮する。壁のアクセント素材です。多彩なデザイン、サイズでお部屋を彩ります

—エコカラットをおすすめのお部屋—



湿気がこもりがちな洗面室
匂いが気になる玄関やトイレ
快適な眠りに誘う寝室



**もっと手軽にエコカラットセルフ
DESIGN PANEL KIT**

壁に絵を飾る間隔で、手軽にエコカラットプラスを取り入れる
玄関やトイレなど
小面積で飾れるサイズも
そろっています

お問い合わせはこちらまで ⇒ ☎ 0120-859-041



ご存知ですか？

市販の飲料と上手に付き合おう

ほかの飲料の糖分は？

- ・コーヒー飲料…200ml前後6本、350ml程度8本
- ・コーヒー乳飲料（コップ1杯）…11～12本
- ・濃縮還元ジュース（各コップ1杯）…グレープフルーツ7本、温州みかん8本、りんご9本、ぶどう10本
- ・スポーツドリンク（500ml）…10本



大量に飲み続けると危険も

暑くなると、水分補給として、つい大量に飲みたくなりますが、大量に飲み続けると、高血糖状態となり「ペットボトル症候群（清涼飲料水ケトアシトシス）」の危険も。世界保健機関（WHO）によると、1日に摂る砂糖の量は25g以下がいいそうなので、日ごろの食事も含めて、バランスを考えながら摂ると良いですね！

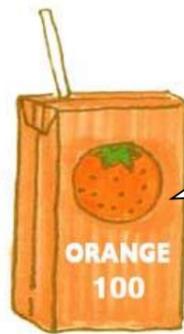
ジュースやスポーツドリンクなど、いろんな飲料がありますね。甘くて美味しいものもありますが、実は糖分が多く含まれているので、たくさん飲むと、糖分の摂りすぎにつながります。

●飲料のエネルギー量を砂糖のエネルギー量に置き換え、スティックシュガー（1本3g）に換算してみると…

炭酸飲料（350ml程度）は12～15本！紙パック（200ml前後）の野菜ジュースは3本など、結構な量が含まれています

●どう飲み方をすればいい？

糖分が含まれない水やお茶を主に飲みながら、糖分が含まれた飲料はたまに飲む程度、という飲み方をおすすめします。



200ml前後の紙パックなど小さいサイズのモノを選ぶのもおすすめです！

かんたんレシピ

タコとアボカドのわさびマリネ

教えてくれた人…尾田衣子さん
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。
http://ryo-ri.net/

アボカドとゆでだこを、わさびとレモン汁を効かせたソースで和えたさわやかな一品。お酒のおつまみにも良いですよ！



材料

（2人分）

- アボカド…1/2個、ゆでだこ…70g
- わさび…小さじ1/2、レモン汁…小さじ2、にんにくチューブ…小さじ1、オリーブオイル…大さじ2、醤油…小さじ1/2、すりごま…小さじ2

- ①アボカドは種と皮を取り、食べやすい大きさに切る。ゆでだこは乱切りにする。
- ②わさび、レモン汁、にんにくを混ぜ、オリーブオイルを加えてさらに混ぜ合わせたところで、醤油を加える。
- ③①と②、すりごまを合わせ、器に盛りつける。

※にんにくはチューブを使うと混ぜやすく、臭みもきつくないので食べやすいです。
※アボカドはレモン汁を加えることで色止めにもなります。

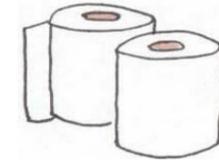
Chottoいいかも

（藤真） 4と64：2景

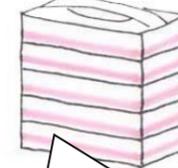
日用品は急がないと気づくと慌てるがゆえに、ついストックを多く持ちがちになっていませんか？そこで、日用品のストックについてのヒントをご紹介します！

■トイレトペーパーや箱ティッシュ

毎日使うモノなので、なくてはならない！と思いつい、特売のたびに買っていますか？これらは、かさばり、収納する場所も取るので、買いすぎると大変です。そこで「残りどれくらいになったら買い足す」というルールを決めてはいいかがでしょう。



ひとつの案として、トイレトペーパーは残り2個になったら買い足すなど。また、100mや250m巻きなど、ロールが大きいモノは交換の手間も省け、長く使えるので、買う頻度が減らせておすすです！



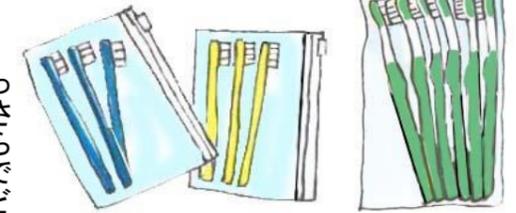
たとえば、箱ティッシュはストックの5個パックの封を切ったら買い足すなど、マイルールを決めると良いですね！



CHECK!

■歯ブラシ

歯ブラシは、その家によって取り換えるタイミングもさまざま。1カ月で交換なら度々買いに行くのは面倒ですね。そこで、6カ月分などある程度幅を持たせてストックするのも良いですね！



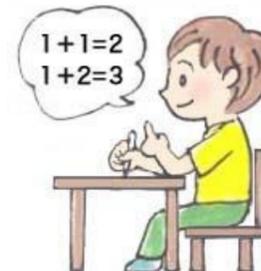
歯ブラシのパッケージを開封し、100円ショップなどのチャック付きクリアケースや、ジップパー付き袋に家族別に入れておけば、さらに省スペースでストックできます！

●ストック、ココがポイント！

- ・どれくらい残っているか、見える化することが大事！管理できる量を持ちましょう。
- ・どれくらいの期間でなくなるか、消費するスパンを把握することも大切。使い始めたときに日付をメモっておくと、わかりやすいです！

簡単クロスワード

○の中に縦横2つの言葉に共通する1文字を入れて、4つ見つけたら、その4つで出来る言葉を教えてください。



※答えは右上にあります！

