



リフォーム相談会

2026年3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(2024年4月~2025年3月回収分)における平均点での順位。調査(集計)日:2025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。寒さの中にも少しずつ春の訪れを感じることができる季節になってきました。暖くなると花粉が多くなるようですが皆さまはいかがお過ごしでしょうか。私は鈍感なのか花粉を感じないので皆さんが大変なのをそばで見ているだけです。また、この時期になると雨も多くなりますね。そのような季節だからこそ今月は「サニージュ」を紹介させていただきます。雨を気にせず洗濯物が干せる上、風通しも抜群なので乾かしやすくなっております。直接ご覧になってと言いたいところですが、エクステリア関係は当店の近くで直接ご覧いただく場所がありません。しかし、今はオンラインにてショールームがご覧いただける仕組みができております。

ご興味があるかたは右のQRコードを読み込んでいただければオンラインショールームへのご案内ができます。よかったらご覧ください。また、当店のスタッフでもご説明可能です。月に一度の相談会か、お時間のある時にご連絡いただければ対応させていただきます。よろしくお願い申し上げます。



何の日

3月18日は春の睡眠の日

睡眠について正しい知識の普及や、睡眠の大切さを広く伝えるために制定されました。その前後1週間は「春の睡眠健康週間」とされているそうです。「春眠暁を覚えず」という言葉があるように、春はとにかく眠気を誘う時期。だからこそ、いつも使っている寝具を見直したり、睡眠の環境について考えてみるのも良いですね。ちなみに、秋の睡眠の日も。9=ぐつ、3=すリー(three)の語呂合わせで9月3日です。



3月の第3金曜日は「世界睡眠デー」で、この日に合わせて春の睡眠の日が制定されたとも言われています。

夜以外に効率の良い睡眠を

世界的に見ても睡眠時間が少ないと言われていた日本人。夜以外でも効率良く睡眠をとって生活や仕事にメリハリをつけよう、というスタイルが目立っています。キーワードは「パワーナップ」。短時間の昼寝のことで、15~30分程度の軽い睡眠をとることで、脳と体をリフレッシュさせることができ、日中の疲労回復や集中力アップに効果的だと言われています。また、短時間の睡眠により、深い眠りに入らず、覚醒しやすい状態で休息をとるため、目覚めた後の倦怠感を感じることなく、すぐに活動できることも良いとされています。



睡眠が旅行の目的とは、睡眠への関心が高い証拠ですね!

睡眠に特化したプランを設けたホテルがあったり、寝具はもちろん、食事など睡眠に最適な環境を整えた宿泊施設で良質な睡眠を目的とした「スリープツーリズム」というスタイルもあるそうです。

SUNNYGE

我が家はいつも☀️晴れマーク

サニージュはお洗濯物干しの心強い味方。風雨が強い日でも飛ばされないし濡れない。天気予報をきにせずにお出かけできます。



雨や花粉を気にしないで洗濯物が干せる!



風をしっかり採りこんで、洗濯物が乾きやすい開口。物干し空間の快適性が格段に上がり



使いやすさと、美しさにこだわった上下可動物干し。目線の高さで干せて楽々、クランクハンドルで上に動かせるので、邪魔にならず快適



明るさと遮熱を両立! 進化した屋根パネル。UVカットは当たり前、室内に明るい光をもたらしながら暑さを抑えます



バルコニー納まりのタイプも2階でも雨風を気にせず洗濯物が干せます

お問い合わせはこちらまで ⇒ ☎️ 0120-859-041



Chottoいいかも スマホで素敵な写真を撮ろう！



スマホで写真を撮る機会が多い昨今。ついブレたり、失敗してしまうこともありますね。そこで、素敵に撮影できるコツをご紹介します。

●**撮影の基本のキ。レンズをきれいに！**
無造作に触ることも多いスマホ。レンズに指紋や皮脂、ホコリがついていることがあるので、念のため、メガネ拭きなどでレンズをきれいにしましょう。

●**シャッターを押すときも肝心！**
シャッターボタンを勢いよく押すと、写真がブレてしまいます。固定している手の反対側の手を添える際に親指と中指を使い、フリーになったその間の人差し指で軽くシャッターボタンをタップすると安定したまま撮影することができます。ちなみに、シャッターは音量ボタンでも切ることができます。

横で撮るときはレンズを避けてスマホをガッチリ持つ。または、スマホを親指がレンズにかからないよう、手をL字型にしてスマホを包み込むように持ち、反対の手は軽く添えます。

構図の目安になるグリッド線

画面を9分割にする線のことで、この線が構図を決める目安になります。iPhoneの場合は「設定」→「カメラ」を選択→「グリッド」をオン。アンドロイド(機種により異なる)は「カメラアプリ」→設定アイコン(歯車やスパナマーク)→「グリッド」をオン、で出せます。



スマホを上げるとあごまわりがスッキリ！自然光で撮ると肌の色が明るく写ります。



記念撮影で全身を写すとき、おへそくらいの高さまでスマホの位置を下げて撮ると、スタイル良く撮ることができます。

かんたんレシピ

ニラともやしのエスニック焼きそば

ナンプラーが味の決め手！野菜たっぷりの焼きそばです。さらにライムを絞って、爽やかな味わいをお楽しみください♪

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。
<https://ryo-ri.net/>

材料 (2人分)

- 焼きそば麺(蒸し)…2袋、水…80ml
- 合いびき肉…250g、赤パプリカ…1/4個、ニラ…1/2束、もやし…1袋、ニンニク…1かけ
- ナンプラー…大さじ2と1/2、塩・コショウ・サラダ油・黒コショウ…適量
- ライムのくし切り…4個

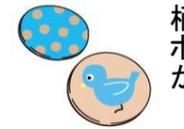


- ①赤パプリカは種を取って細切りに、ニラは3センチ幅に切る。ニンニクは薄切りにする。合いびき肉には塩・コショウをする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、ニンニクを炒め、合いびき肉を加えてさらに炒める。
- ③②に焼きそば麺と水を加え、麺をほぐしながら炒める。
- ④③に赤パプリカ、もやし、ニラ、ナンプラーを加えてさっと炒め、器に盛りつけて黒コショウをかけ、ライムを添える。

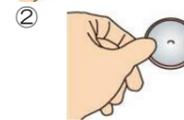
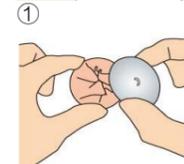
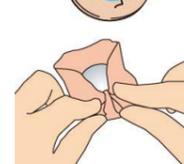
※もやしとニラはさっと炒めてシャキシャキ感を残すのがポイントです。

Easycraft

■ 100円ショップのキットを使えば簡単！



柄をそのまま活かしたり、ポイントになるデザインを活かしてもかわいいです♪

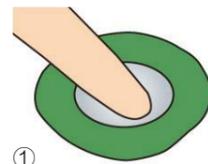


・接着剤を使ったつくり方
①残したいデザイン部分を、くるみボタンより少し大きめにカットしたら、裏返して接着剤を塗り、ボタンの表側のパーツを置いて、はみ出た布地をギャザーを寄せするように内側へ折りこむ。
②寄せた布にさらに接着剤を塗り、裏側のパーツをしっかり押し込む。

全体が接着するように押し込みます

・打ち具台&打ち具を使ったつくり方

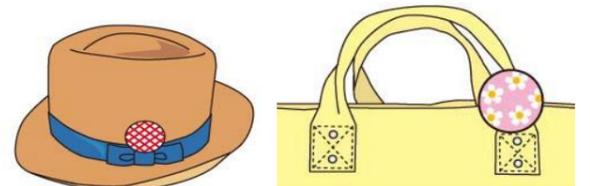
- ①打ち具台に丸く切った布と上部のパーツをのせる。
- ②そのまま押し込み、下部のパーツをのせる。
- ③打ち具でしっかり押し込んで、打ち具台から押し出すように取り出せば完成！



※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

好きな布をくるみボタンにして楽しみませんか？あまり着なくなった服だけデザインがかわいいから活かしたい…くるみボタンにすれば、さまざまなところのアクセントに活かれます♪

■ いろんなところにつけてみよう！ 帽子やバッグのアクセントに♪



安全ピンでつけても、縫いつけてもOK。おうちのスリッパなどにつけてもかわいいですよ♪

ヘアアクセサリに♪

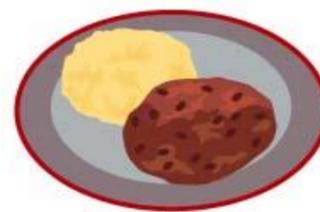
裏側のパーツをのせる前にデザインの確認を！



裏側の金具にピンを取り付けられます♪

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つで出来る言葉を答えてください。



アゲハ
ユウ

イン○ーネット
カラクジ

アー○ガエ
コロ○ンド

カクレン
ワタ○ウシ

※答えは右上にあります！