

住まいのかわら版

Vol.25
2022年8月号

<発行>
(株)NHファシリティーズ
千葉県市原市八幡海岸通1
TEL.0436-41-1078
FAX.0436-41-3099

節電対策をしながら暑さを乗り切りましょう。

電力不足が話題になっていいる今、節電対策は大切。
暑さ対策とともにポイントを紹介しします。

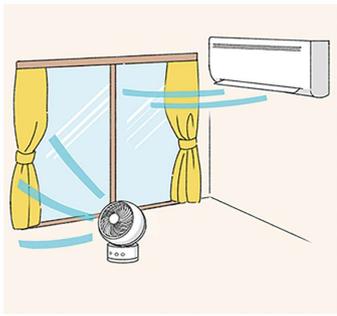


みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっとした役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「節電」です。

コツコツ節電対策をすることで、地球にも家計にも優しい生活が目指せます。ここでは、暑さ対策も兼ねた節電のポイントを紹介しします。

エアコンを節電しながら上手に使いましょう

暑い日はエアコンが必須ですが、扇風機やサーキュレーターを併用することで効率よく室内を涼しくできることはもうおなじみですね。さらに冷気は下にたまるので、吹き出し口を水平にすることで、効率的に冷房を活用できます。ほかに、フィルターをまめに掃除することもエアコンの運転効率アップにつながります。十分涼しいから、と、運転を停止すると再びつけるときに大きな電力を使うので、停止ではなく、温度設定や風量設定を控えるために冷え過ぎを防ぐ方が省エネに。外出先から帰宅後、い



サーキュレーターはエアコンを背にして置くことで冷気を循環させることができます。

きなりエアコンをつけると、室温を設定温度に近づけようとエアコンが頑張ってしまうので、室内の熱気を外にある程度逃がしてからつけると節電につながります。

室外機にも、節電につながるポイントが。室外機に直射日光が当たると、エアコンの稼働効率下がるので、室外機に日よけを設置しましょう。また、室外機のまわりをスッキリさせることもポイント。上やまわりにモノ

を置かず、周辺に草が生えていたら抜きましょう。

ちょっとした工夫で節電しながら快適に♪

「クールシェア」という言葉はご存知ですか？1カ所に集まり、涼しさを分かち合うことで、節電につながります。おうちでもリビングに家族が集まってエアコン稼働を1台で済ませることもクールシェアです。また、暑さが厳しいといわれる午後1時〜4時は、公共の場に出かけるのもクールシェアに。図書館や百貨店、ショッピングセンター、レストラン、カフェ、シヨールームといった施設でゆったり過ごすのも良いですね。屋外は猛暑の日は難しいですが、日陰や木々が多い場所なら、のんびりひと休みできるかもしれません。

頭の体操

間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さあ！チャレンジしてみてくださいね！



答えは次のページをみてね！

涼しくて快適



美術館や映画館で涼みながら芸術に触れるのも良いですね♪

ほかにもちょっとした工夫で節電に。カーテンやブラインドで直射日光を防ぐとお部屋の快適さもアップ。遮熱カーテンもおすすです。暑いと冷蔵庫を開ける回数も増えますが、開けると冷気が外に漏れ、閉めた時に冷やそうと電力を消費するので、開閉の回数を減らすことも大切です。電力に頼らないアイテムを使うのもおすす。涼感タイプの敷きマット



清涼感のある夏向けの入浴剤が豊富にあるのでチェックしてみてください

や、冷凍庫で冷やして使うひんやり枕、首に巻いてひんやりするタオルも節電しながら暑さ対策にもなります。保冷剤をガーゼやハンカチに巻いて首や頭を冷やすのも良いですよ。ちなみに、保冷剤を扇風機に設置して涼しさをアップできるアイテムもあるので要チェックですね。入浴時にメント系の入浴剤を使うとスーッと気持ち持ちが良いです。ハッカ油を浴槽に3〜5滴入れるのもおすすです。

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

01 昔流行ったモノが再流行!?

令和の今、平成で流行ったモノが再注目されています。当時、高校生の間で流行ったルーズソックスや厚底サンダル。以前は1メートル以上の長いルーズソックスをひざ下からくしゅくしゅっとボリュームを持たせて履いていましたが、令和版は30~40センチのルーズソックスをすっきりと着こなすスタイルが流行。厚底サンダルはブーツやスニーカーなどでも流行りましたが、令和版ではスポーツサンダルで見られます。サンダルのシルエットもスマートで、ソール部分におしゃれな柄を取り入れたり令和ならではの個性が見られます。また、丈の極端に短いTシャツも流行のようで、股上の深いパンツに合わせて着るスタイルが若い世代に流行中。ちなみに、使い捨てカメラやペットを育てるゲームなども「平成レトロ」として注目を集めているそうです。



02 マイクロファイバータオルを深掘り!

タオルとしてはもちろん、ふきんやお掃除にも重宝するマイクロファイバー。そもそも、ナイロンやポリエステルといった化学繊維を極細にしたもので、吸水力に優れ、乾きやすく、汚れを取る力が強いのが特徴です。使い方は、タオルなら、肌になんか押し当てて使っちゃおう。ゴシゴシ拭くのは刺激になるのでおすすめしません。掃除用なら、キッチン周りの油污れは得意! 軽い汚れなら、洗剤を使わなくても水にぬらして固く絞って拭けば十分落ちます。拭き跡も残りにくいので、窓掃除にも良いです。磨き上げるのも得意なので水栓まわりの水垢落としにもおすすめです。マイクロファイバーの弱点は、熱に弱いこと。洗濯後、乾燥機の使用は避けましょう。洗濯後は、直射日光を避けて風通しの良いところで乾燥を。また、漆器などやわらかい材質のものは傷つくことがあるので控えましょう。便利なアイテムなので、上手に使いえば家事ラクにもひと役買いますよ。

03 クラフトコーラをつくらう!

ビールなど、「クラフト」と名の付く、特別なものが話題です。クラフトコーラもそのひとつですが、実はおうちでつくれます! 基本は水と砂糖(4~5杯分なら各200g程度)、そこにスパイスを加えます。クローブやカルダモン(20粒程度)、シナモンスティック(2本)。さらにバニラエッセンスやレモン(1/2個~1個)を加えます。クローブは粒のまま、カルダモンは砕いて種を出し、シナモンスティックは折ります。レモンは皮ごと使うので国産がおすすめ。よく洗い、輪切りにします。鍋に材料全てを入れ、中火にかけます。沸騰してきたら火を弱めてさらに10分ほど煮ます。火を止めて粗熱が取れたらバニラエッセンスを4、5滴加え、ひと晩冷蔵庫で寝かせれば完成! 材料の量は調整してくださいね。原液なので、炭酸で割って楽しみましょう。



便利・安全・安心! 最新リフォーム商品情報

洗練されたデザインで機能性もバツグンの最新のリフォーム商品をいち早くご案内いたします。

洗面化粧台

ルミシス ハイバックベッセルタイプ



洗練されたデザイン性はもちろん、使いやすさも重視したい人に。洗面室としての機能美を追求した新しい洗面化粧台です。



Point1 陶器製ボウル

美しいデザインでありながら、ゆったり使える大きさです。



Point2 水栓

上から吐水するから水栓まわりに水がたまりにくくお掃除簡単です。



Point3 タッチレス水栓

タッチレス水栓で、快適・安心に手洗いできる!

ルミシス ハイバックベッセルタイプはタッチレス水栓が選べるので、汚れや石鹸がついた手で水栓をさわらずに手洗いができます。自動吐水と手動吐水の切り替え操作は不要です。

洗面をもう1台プラスして、手洗いをもっと快適に!

感染予防にはセカンド洗面もおすすめ! 玄関に設置すると、「ただいま」の後、すぐに手洗いができます。

手洗カウンター

どこでも手洗

お好みのアイテムを自由に組み合わせて、いろんな場所にお気に入りの手洗空間をつくることができます。



商品紹介(LIXIL公式サイト)に遷移します

※通信料はお客様のご負担となります。 ※端末機種によっては、動画再生できない場合がございますので、ご了承ください。

写真・記事：株式会社LIXIL



商品紹介(LIXIL公式サイト)に遷移します

※通信料はお客様のご負担となります。 ※端末機種によっては、動画再生できない場合がございますので、ご了承ください。

間違えがし答え: ①男の子の頭に花 ②テーブルの花に蝶 ③女の子の服の柄 ④ストローの形 ⑤海に浮かぶ島の数

3Dモデリングソフト導入!



ご相談・お問い合わせはこちらまで



株式会社NHファシリティーズ
東日本事業部 建設部 建設グループ

〒290-0067 千葉県市原市八幡海岸1番地

TEL.0436-41-1078 FAX.0436-41-3099

https://www.mesf-refom.com

