



瓦版



かわらばん

2023年



すまいのアレコレ



夏を迎える準備はできてますか.....! ?

「梅雨明けのチェック」と「台風対策」を!

7月に入ると、そろそろ梅雨も明け始め、厳しい暑さがやってきます。そして最近の夏の恒例となっているのが、猛烈な台風。ここ数年の台風はどんどん大型化し、全国各地で大変な被害をもたらしています。

そこで梅雨明けのタイミングには、排水溝や雨どいのチェックをしっかりとやりつつ、台風対策として強風に家の外構が壊されないよう、しっかり補修しておきましょう。備えあれば憂い無し.....しっかりと夏の準備をして、楽しい夏をお迎えくださいね。



台風シーズンに入ります

「近所宅工事中に屋根から見てお宅の屋根がずれてます」
そんな訪問業者が増えています
屋根に揚げてしまうと、下から見えない場所で破損させて膨大な修理費を請求してきます
屋根上・床下には知らない業者は入れないでください
そんな業者が来た時は、ご一報お願い致します

健康で運氣UP!



虫刺されに注意が必要な時期です。アウトドア遊びでは、虫除けスプレーを使い、長袖・長ズボンがおすすめ。深いヤブの中などには入らないようにしましょう。もし刺された場合は、すぐに病院で治療を受けてくださいね!

自宅のリビングでヒーリング! ?



かわいいかも!

ご存知ですか?

何かと忙しい毎日に、身体だけでなく、心も疲れ気味.....という方は多いのではないのでしょうか。そんなときにおススメしたいのが、この「卓上暖炉」です。

これは手のひらサイズのミニ暖炉であり、いつでも手軽に美しい炎の揺らめきを眺めることができます。自然な炎の揺らぎは人間の本能に働きかけ、深いリラックス効果をもたらしてくれるとのこと。原始時代にたき火を囲んだ記憶が、蘇るのかもしれないね。

使用する燃料や暖炉の構造には、さまざまな安全対策が施されているので、火事になる心配はほとんどありません。ぜひ、ためしてみてください!



「夏バテ」を避けるには! ?

暑くなってくると悩まされるのが、「夏バテ」ですね。江戸時代には平賀源内が、「土用の丑」にウナギを食べれば「夏バテ」を防げると宣伝したくらいですから、当時から夏バテはあったのかもしれない。

「夏バテ」で食欲が無くなり、身体のだるさになにもする気が起きないと、せっかくの楽しい夏も台無しです。バリバリ働き、レジャーを思う存分楽しむために、以下のポイントに気をつけて、夏バテを回避しましょう!

- ・十分な睡眠(7~8時間)をとる
- ・栄養バランスのとれた食事をとる
- ・冷たい飲み物や食べ物(アイスコーヒーやかき氷)ばかり食べない

* * *

検索は『卓上暖炉』で!

