

さとのの でんきやさん こあいち通信

発行：有限会社コアイチムラ 〒680-0935 鳥取県鳥取市里仁315 TEL:0857-28-7689



EDUN
エディオン

なるほど快適通信

帰ってきたら、すぐに手を洗いたい！スムーズな動線は？

~~~~~  
コロナ対策の新しい生活様式の中で、「家に帰ったら、まず手や顔を洗うこと」が推奨されています。しかし、一般的な手洗い場は、洗面所に設けられており、玄関からちょっと距離があります。途中にドアがあると、手についたウイルスが付いてしまう可能性も。

洗面をもう1台アラスして、感染予防！

そこでおすすめは、玄関近くに「セカンド洗面」を作り、部屋の中にウイルスを持ち込まないこと。

ココがポイント↓  
**POINT**

小さなお子さんが「帰ってきたらすぐ手洗い」という習慣が身につきやすいです。

鏡も一緒に設置すれば、外出前にちょっと身なりを整えるのに便利です。

来客時もお客様に玄関で手を洗ってもらえるので、洗面所を見られなくてすみます。

最近は、玄関土間を広くとって、ベビーカーやアウトドア用品などの収納場所を確保する間取りもあります。

土間に手洗い場があれば、どんどん靴を洗ったりするのも便利です。

満足度  
**98%**

2台以上の洗面を使っている人の  
**98%が満足！**

※LIXIL調べ  
(どちらかといえば満足も含む)

省スペース



玄関脇に



手を差し出すだけ  
吐水できるタッチレス  
水栓もおすすめです！

## お客様の声

LED電球の  
お取替え

照明の色を深く考えたことが  
なかった。色って大事ですね。

「トイレの照明をLED電球に替えてほしい」というご依頼がありました。お伺いすると、トイレは1階と2階にあり、2箇所とも替えることに。では、トイレの照明は、何色がいいと思ひますか？

### LED照明の色ってどう選べばいい？

LEDの色は、クリアで青みがかった「昼光色」と、黄みがかった暖かい「電球色」の2つに大きく分けられます。中間色として、「温白色」「昼白色」があり、用途によって変えるといいです。

電球色



電球に似た暖かい色

温白色



落ち着いたあかるい色

昼白色



太陽の明るさ・自然色

昼光色



清々しい爽やかな色



くつろぎたいリビングに。  
明るさを調整できる調光  
タイプがおすすめ。



お料理が美味しいように  
見えるダイニング  
におすすめ。



メイクもする洗面所  
は自然光に近い照明  
がおすすめ。



文字がくっきり見える  
ので、勉強部屋や  
書斎におすすめ。

さて、冒頭のお客様ですが、1階のトイレはよく使うので、清潔感を保ち、体調もチェックしたいところなので、出したものがよく確認できるように「昼白色」にし、2階のトイレは、夜中に起きても目が覚めすぎないように「電球色」にしました。同じトイレでも用途で変えるといいですよ。



白熱電球からLED電球への交換や選び方のご相談は、当店までお気軽に！

小さなお困り事でもご相談ください！



電器のコンビニショップ エディオン コアイチムラ  
**有限会社コアイチムラ**

【電話】0857-28-7689

鳥取市里仁315番地  
営業時間 9:00~19:00  
定休日：日曜定休（緊急時対応します）



家のお困りごとが分  
かるでんきやが、地  
元の職人さんとタッ  
グを組んで、最適  
な住まいをご提案し  
ます！

## 知ったく 情報

テレビを選ぶポイントは、画質だけじゃない!  
テレビの音、満足していますか?

薄型テレビは、大画面になる一方、薄くするために両サイドからスピーカーがほぼなくなりました。スピーカーが小さくなり、下部に下向きに配置された機種だと、人によっては聞こえにくく感じることもあります。スピーカーが上部に上向きに配置されているかなども、選ぶポイントになります。



### 「テレビの音質設定」で、聞こえ方が変わります

各メーカー、音にこだわりがありますので、設定で聞こえ方が随分変わります。テレビの音が聞きにくい場合、「音質設定」を変えてみましょう。やり方が分からぬ時は、当店まで!!

### テレビの音量はどれくらいになっていますか?

メーカーや機種によって異なりますが、パナソニックを例にあげると、2009年までのテレビは「20」、2010年以降は「35」が目安です。

また、ボリュームを大きくしても、音が割れて聞これない時は「外部スピーカー」の活用をおすすめします。

### お手元に置くワイヤレススピーカー



テレビの音が手元ではっきりります。置き場所を選ばないので、離れたキッチンに置いて聴けるので主婦の方にも人気です。

### パナソニックの例



### 耳元でくっきり聞こえるネックスピーカー



音が効率よく耳に入ってくるので、人の声もはっきり聞き取れます。長時間身につけていても疲れません。

### ちょこっと 息抜き

### 1日何食摂るのがいいの? 高血糖にならない摂り方とは?

1日何食摂ってますか? 「1日1食がいい」「朝食は食べたほうがいい、食べないほうがいい」など、健康法もさまざま。管理栄養士さんによると、目的に合わせて回数を決めるのがいいそうです。



### 1日3食は、生活のリズムをつくるのに最適

血糖値は食事を摂って2時間後にピークをむかえ、さらに2時間かけて、元の状態に戻ります。朝食は「体を覚めさせる」、昼食は「活動のエネルギー補給」、夕食は「疲れを回復し、質の良い眠りを誘発」と、効率よく糖を使うことができます。

### 普段から食べすぎ、暴飲暴食の翌日は1日1食

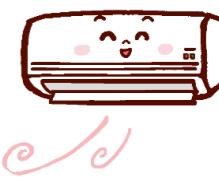
空腹時間をつくり、胃腸を休めることが目的となります。ただし、すべての栄養素を1食でまかなうのは難しいので、短期間の取り組みにしましょう。また、飢餓状態から食事すると、血糖値が急上昇するので、野菜を先に食べることとして、対策しましょう。



食事回数を減らすと血糖値が乱高下し、脳卒中のリスクも高くなります。ポイントは「食事したら4~6時間空けること」。血糖値を急激に上げないことが大切です。

## 生活お役立ち情報 本格的な暑さが来る前に、エアコン試運転!

さあ、夏がやってきます! エアコン・チェックの時期です!! 毎年ご案内しているのは、真夏にエアコンが壊れると、熱中症の危険性が高くなるからです。当店も夏場はフル稼働で対応していますが、お待たせしたり、商品が不足することもあります。今のうちから、「試運転」を行ってくださいね!



### 試運転の方法

#### 1.運転モードは冷房

リモコンで室温より3℃以上低く設定します。  
室温 21℃ ➡ 設定 18℃



#### 2.10分程度運転しましょう

冷風は出ていますか?  
異常を知らせるランプは点灯していませんか?



#### 3.さらに30分程度運転

室内機から水もれや異音がないか確認しましょう。



こんな時は、こんな対策を。改善しない場合は、すぐに当店へ!

#### 風が出ない、すぐ止まる

電源プラグをコンセントから抜いて、一度リセットしてください。

#### 風が冷たくない

設定温度を上げてみましょう。冷たい風がでてくるか、確認ください。

#### なんとなく、ニオイがする

エアコンに付着したチリやホコリ、生活臭やカビがニオイの原因になります。お手入れを!

#### エアコン本体から水漏れ

ドレンホースが詰まっていないか、確認。設定温度が低すぎると結露が発生する場合があります。設定温度を20℃以上に。

#### 除菌スプレーは直接吹きかけない!

除菌スプレーを直接エアコンに吹きかけると、内部の熱交換器の腐食の原因になります。エアコンを使用中も、スプレーを使わないなど注意が必要です。



有限会社コア イチムラ

お問い合わせはこちら

0857-28-7689

メールでお気軽に!  
info@core1.jp

さとでのんきや コア イチムラ

検索



店長の  
竹内です。



副店長の  
中川です。



市村和也  
です。



新入社員の  
市村昌也  
です。

お家の困りごと何でも  
相談してください。エディオン  
のリフォームパックも自社  
施工なので安心です!

ランプの取替からお家の  
お困りごとまで小さな事  
でもお相談下さい。  
お役にたちます!

小物やお急ぎの商品も  
本店に在庫があれば  
当日お持ちすることもでき  
ます。お気軽にどうぞ!

パソコンが得意ですので、  
お困りの時お声がけ下さ  
い。これから経験を積んで  
頑張ります!