

# あすともす通信

今年もよろしくお願いたします♪  
あすともす通信です。

酉年の「酉」の字は酒つぼを意味し、収穫した果実から酒を作る  
ということに由来したという説があります。

収穫した果実は熟した状態を意味し、その事から物事が頂点まで  
極まった時期だと言われています。

学業や商売など"成果があらわれる縁起の良い年で"  
ありますように。



アストモくん

## — 今月号のご案内 —

○お客様の声ご紹介&今月の野菜&便利BOX

○衣食住遊「 ~ 我が家のバリアフリー ~ 」

# お客様の声ご紹介

町田市 H様

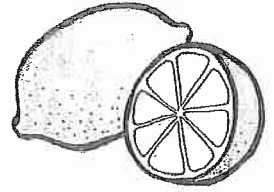
先白 塚さんにすめらみ  
ガスストーブ 最高です  
感謝～～

石油ストーブの手間  
を考え提案ほした。  
ボタン一つで直ぐに暖まる  
のを実感していただき  
うれしく思います。



担当：堀  
(町田営業所)

## 今月の野菜 & くだもの



### レモン

レモンには一般的な黄色いレモンと青いうちに収穫したグリーンレモンと呼ばれているものがあります。別名クエンと呼ばれ、酸味の基となるクエン酸はレモンから名づけられたとか！ほとんどが輸入ものですが、国内では瀬戸内地方や和歌山県などで生産されています。

旬： 10月～3月

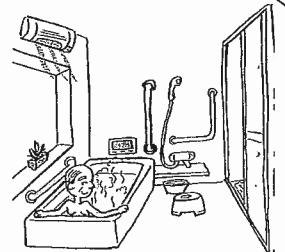
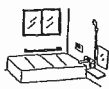
選び方：張りつつやがあり、色鮮やかなものがよい。

保存方法：ポリ袋に入れて冷蔵庫で保存をした方が長持ちします。

ご存知の通り！ビタミンCが豊富に含まれ、風邪予防や美容効果も！また、クエン酸も豊富で疲労回復に効果が高いと言われています。



今日は、お風呂の主な設備についてご紹介いたします。  
お風呂の設備には主に、浴槽、床、壁、天井、水栓、給湯設備などがあります。



### 浴槽

大きく「和式」と「洋式」の2種類があります。「和式」は腰を下ろした時に肩まで浸かれるように、浴槽が深く、「洋式」は仰向けの姿勢で入るように、広く浅いのが特徴です。

浴槽の素材としては、保温性と耐久性が高いFRP（繊維強化プラスチック）やステンレス、丈夫なホーロー、バリエーション豊富な人造大理石などです。その他、ヒノキやタイルなどこだわりの浴槽もあります。

### 床、壁、天井

ユニットバスの多くは樹脂系の素材です。耐水性・保温性が高く、汚れも落ちやすいので毎日のお手入れも簡単！他に、ホーロー・タイル・ステンレス・木製などがあります。

### 扉

種類として、横へスライドさせる引き戸、手前や奥に押す開き戸、開き戸が中ほどで折れる折れ戸の3種類が一般的です。素材には、ガラス、木製、樹脂系などがあります。樹脂系は耐久性、清掃性があり人気です。

### 水栓

温度調節が簡単で節水タイプのもの、シャワーヘッドの手元にスイッチがあるもの、マッサージ機能があるものなどがあります。

### 給湯設備

冷めたお湯を再度温めるために、追い炊きとさし湯の方法があります。最新の機種はボタン一つでお湯はりをし、自動で追い炊きし、湯量や温度を調節してくれます。

### その他、最新浴室は...

浴室暖房乾燥機を設置し、いつでも暖かな浴室を実現してくれます。また、雨の日や花粉の時期の洗濯物を乾燥させる場所として利用されています。

# ～ 我が家のバリアフリー ～



高齢者や小さなお子さんがいる場合、家庭内での事故は意外と多いものです。考えられるのは、転倒、転落、溺水です。特に転倒事故は高齢者に多くみられます。妊娠、老化、怪我をしている時のことを考えれば、体がよく動く成人にとっても事故を防ぐためのバリアフリーは無視できない存在と言えるでしょう。まずは、家族にとって安全な住まいかどうかチェックポイントをご紹介します。

## ＝場所別チェックポイント＝

### 玄関

- 滑りやすい
- 段差がある
- 手すりがついていない
- ドアノブが回すタイプ

### 階段

- 勾配が急
- 手すりがない
- 段は高めで奥行きがない



「199ッ…」

### リビング

- 出入口に段差がある
- 薄暗い
- 家電等のコードが目につく

### キッチン

- 作業台が高い
- 火災予防の設備がない
- 水栓が回すタイプ
- 薄暗い

### 浴室

- 出入口に段差がある
- 脱衣所と温度差がある
- 床や浴槽の底が滑りやすい
- 水栓が回すタイプである

### トイレ

- ドアが内開きである
- 出入口に段差がある
- 温度差がある
- 和式



「199…」

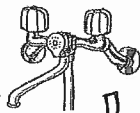
チェックが多い場合は、将来改善が必要です。では、どんな改善方法があるかをご紹介します。



「危ない！」

### 手すりの設置

玄関、階段、トイレ、浴室などが対象です。足腰が弱ってくると、手をついて身体をささえるシーンが多くなります。段差のある場所、立ち座りのある場所には必要です。



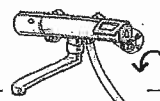
### 段差の解消

ドアや敷居の小さな段差はDIY可能なミニスロープなら安価で可能

### ドアを引き戸に変更

室内のドアを引き戸にすると、車椅子や杖をついての開閉もしやすくなります。

水栓をハンドルタイプに  
片手で簡単に出し止めできる  
レバー式に変更を



ドアの取っ手をレバーハンドルに  
つかむ範囲が大きく、軽い力で開けることができます。

### 温度差の解消

トイレ、脱衣所に小型のファンヒーター、浴室暖房を設置し、室外との気温差を解消

### LED照明への交換

年を取ると視界が暗くなるため、より明るい照明が必要になります。また、交換する際には高所での作業になるため椅子や脚立からの落下事故にもつながります。LED照明は寿命が長いので交換頻度が低いため、安全性が高まります。



「アッッ」

キッチン、浴室、トイレのリフォーム  
水周りの寿命は20年といわれています。この時期を目安にバリアフリーリフォームを

バリアフリーリフォームは数千円から数百万円まで様々です。状況や予算に合わせて、じっくり計画を立てましょう。

バリアフリーとは「障壁をなくす」ことをいいます。ご家庭内のさまざまなお困りことは突然やってきます。未然に防ぐためにも是非、一度当社へご相談ください。また、突然の出来事に対処できるよう「住まいかけサービス」をご利用ください。お申し込み、お待ちしております。



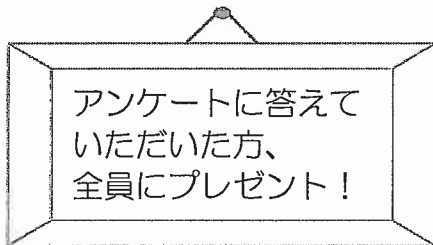
「ホイ」



# ☆☆今月の星占い☆☆

2017年1月15日～2017年2月14日まで

<b>牡羊座</b> 3/21-4/20 アンラッキーなことが続きそうなので、お守りを用意。しはらくは、どこに行くのも身に着けておいた方が無難。	<b>牡牛座</b> 4/21-5/21 気がつけば年が明けて半月。目標や決意は月未だにまとめないと、ほんやりとした1年に。	<b>双子座</b> 5/22-6/21 知らず知らずのうちに曜日感覚がズレています。お正月ボケ解消のため、厳密なスケジュール確認を。	<b>かに座</b> 6/22-7/22 年々年始をはさみ、忙しさは継続中。途切れた集中力を復活させるために、いつも以上の努力が必要です。
<b>獅子座</b> 7/23-8/22 周りの人が体調を崩す中、健康運好調！寒さにも負けない元気良過ごせますが、油断は禁物！	<b>乙女座</b> 8/23-9/23 新年会や忘年会で散財し過ぎたことに、遅ればせながら気づきます。金運が上がる2月まで我慢の日々。	<b>天秤座</b> 9/24-10/23 情報番組で見たおいしいB級グルメに心奪われます。食べ歩きの小旅行に出かけるのもオススメ！	<b>さそり座</b> 10/24-11/22 誰かへ甘えたいのは心が弱っている証拠。元氣強り過ぎず、友達や家族とじっくりと楽しい時間を過ごして。
<b>射手座</b> 11/23-12/21 古い名刺や連絡先の整理が必要です。必要のない情報があなただの思考を混乱させている原因かも!?	<b>山羊座</b> 12/22-1/20 雪や雨が降る週末は、家でじっとしていたほうが吉！予定を立てるときは、天気予報に注目しましょう。	<b>水瓶座</b> 1/21-2/18 明日以降できる仕事は、焦って前倒しにしないこと。気持ちに余裕をもったほうが効率率が上がります。	<b>うお座</b> 2/19-3/20 年々年始の忙しさがウソのように、静かな毎日が続きます。あえて何もせず、落ち着いた時間を満喫して。



今月のアンケートは・・・

「今年、行いたい家回りの改善点は？」

例：庭をキレイにする、浴室暖房をつけたい・・・等々

今月のプレゼントは・・・

『タッチグローブ』です。

★今月のプレゼント★

## タッチグローブ

スマートフォンの操作なども簡単に。  
 冬の定番！タッチグローブにファッション性をプラス♪



個人情報の取扱について：  
 読者の皆様から届いた応募ハガキなどは、より良いサービスの提供のために参考にさせていただいております。また、個人情報保護の観点から、鍵のかかるロッカーで厳重に保管しております。

数に限りがありますので、ご家族様一点とさせていただきます。  
 締切りは 2/5(日)消印 まで有効です。

※プレゼントの発送には少しお時間を頂いております。ご了承下さい。

52 〒194-0004  
 東京都町田市鶴間  
 7-31-1  
 アストモスリテイリング  
 (株)関東カンパニー内  
 お客様センター  
 「全員プレゼント1月号」係

- ◆ お名前
- ◆ ご住所
- ◆ お電話番号
- ◆ 生年月日
- ◆ 今月のアンケート

### 編集後記・・・

2017年も、あすともす通信をはじめ、当社をどうぞよろしくお願ひいたします。  
 2016年に開始した「住まいかけつけサービス」「ガス機器延長保証サービス」に加え  
 今年は「あすともす電気」などみなさまにご活用していたおきけるようなサービスを展開して  
 いきます。また！ご案内いたしますので、ご期待ください。(あ)

「あすともす通信」編集・発行／

アストモスリテイリング株式会社 関東カンパニー  
 〒194-0004 東京都町田市鶴間7-31-1  
 代表電話：042-795-2086



アストモスリテイリング株式会社