

あすともす通信

こんにちは！
あすともす通信です♪

雨の日も多くなり、梅雨の到来を感じさせるこの時期。
どうしても外へ出るのがおっくうになり、憂鬱になりがちです。
そんな時は、雨に濡れて咲く鮮やかな紫陽花など、
この季節にしか見られない美しい光景を探してみても
はいかがでしょうか。



— 今月号のご案内 —

○アンケート結果発表&今月の野菜&便利BOX

○衣食住遊「～ すっきりお洗濯 ～」

 アストモスリテイリング株式会社

ホームページも是非、チェック！



アストモスリテイリング

検索

アンケート結果 発表

今月は3月～4月までのアンケート結果をご紹介します！

QRコードを利用されていますか？
利用している。49%
利用していない。51%



ご利用は
安心スマホアプリ



ダウンロードは
こちら

スマートフォンを持っている方でもQRコードを利用していない方が多くいました。一方で最近では地域の防災情報の収集やマイナンバーカードの申請などで利用を始めた方も！ぜひ、当社アプリもご利用ください。

定期的な宅配サービスは利用されていますか？
利用していない。53%
利用している。47%



利用していない方の中には、お子様が小さい時に利用していたケースや、今後車の運転ができなくなった時に利用したい...との回答がありました。現在、コロナ禍の中、買物に行かなくても食材や日用品が届くのは便利！と感じている方も多くいるようです。

今月の野菜 & くだもの



アセロラ

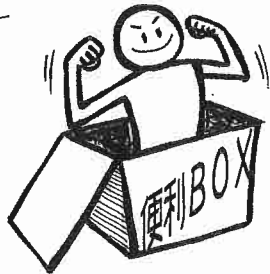
ビタミンCが豊富で有名なアセロラ。アセロラドリンクなどの飲み物として人気ですが、生で食べることもできます。また、ジャムやゼリーなどにも用いられています。国内では沖縄県で栽培されています。

旬：5月～8月

選び方：果皮が濃い赤色でふっくらとし、張りのあるもの。傷や黒ずみがないものを選びましょう。

保存方法：皮が薄く2～3日しか持ちません。熟したらすぐに食べましょう。

果物の中でビタミンCの量はNo.1！風邪予防や美肌効果に期待できます。



長雨が続き、カビが気になる季節ですが、加えて注意が必要なのが「ダニ」。刺されるとかゆくて不快だけでなく、死骸やふんはアレルギーなどを引き起こし、健康をそこなう原因にもなります。ペットを飼っているご家庭は特にしっかりとダニ対策をしていきましょう。「ダニ対策」をご紹介します。

ダニが発生しやすい3つの原因

- 高温多湿：室温20～30℃、湿度60～70%だとダニが繁殖しやすくなる。
- 掃除が足りない：たまったホコリや髪の毛、食べかすなどはダニの大好物。
- 換気をしていない：ダニは乾いた空気と低温が苦手。換気をしないと増えやすい。

部屋干し派は要注意！

梅雨どきなどは洗濯物の部屋干しが多くなりますが、部屋の湿度もどんどん上がってしまいます。浴室暖房機や衣類乾燥機があったら、ぜひ活用してダニを予防しましょう。

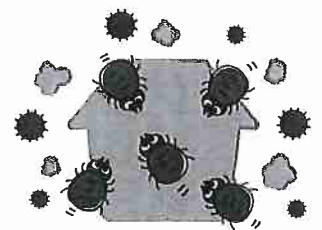
特にダニが発生しやすいのは、人の皮膚の汚れや汗などを吸った布団。ダニは50℃以上の熱で退治できますが、天日干しでは不十分で、中に潜ったダニまで死滅させることはできません。

布団乾燥機で温風攻撃

布団のダニには布団乾燥機がオススメ。乾燥と熱でしっかり退治できます。温風が当たる位置をずらしながら、布団全体にかけましょう。ダニ退治機能のついた機種も増えています。

その後に必ず掃除機がけを！

ダニ退治ができれば、その死骸やふんを掃除機で吸い取ります。掃除機のヘッドをキレイにしておき、できるだけゆっくと、まんべんなくかけるのがコツ。排気を吸わないようにご注意ください。ダニ対策をして、毎日気持ちよく過ごしましょう！



～ すっきりお洗濯 ～

雨が多い季節、毎日の天気予報が気になります。
 少しでもお天気の良い日は洗濯物を天日干したいものです。
 しかし、近年洗濯物を外に干さない家庭も増えています。海風が気になる
 海沿いのご家庭や高層マンションなど外干しができない場合もありますし、
 夜に洗濯をする生活スタイルが浸透しつつあるのも理由のひとつでしょう。
 そこで今回は洗濯物の干し方ポイントを調べてみました。



天日干しのメリット

- 太陽光線の中の紫外線は、殺菌・滅菌作用が期待できます。死滅までは至りませんが、ダニが増えるのを抑えることも。
- 太陽の熱で、大量の洗濯物もよく乾きます。
- 風通しがいいので、雑菌の繁殖が抑えられます。
- 消臭効果が期待できます。
- 太陽は無料で使える貴重なエネルギーで、光熱費がおトクにも感じます。



天日干しのデメリット

- 強い太陽光で長く干しすぎると、乾燥してタオルがバリバリになり、風合いを損ないます。
- 紫外線は殺菌効果がある反面、洗濯物の生地によってはダメージを与えます。
- 花粉やほこり、排気ガス、黄砂などが洗濯物に付着します。

干し方のポイント

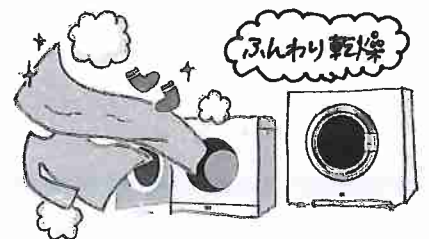
- シルクや麻といった天然素材の服は紫外線に弱く、天日干しでは色あせや縮みの原因に！ 直射日光を避けて陰干しをしましょう。
- 時間帯を選んで干します。
 朝：生地を傷める紫外線の量が少ないので、デリケートな衣類は朝から干して、日が高くなるまでに取り込みます。生乾きになっていると、雑菌の繁殖によるニオイの原因になるのでご注意ください。
 昼：しっかり乾かしたい厚手の衣類やタオルは、この時間帯に干しましょう。日差しが強すぎる日は、バリバリに乾燥する前に取り込んで。
 夜：夏ならば一晩干せば乾きますが、夜は湿気も多いので、季節によっては干し直しが必要です。夜の外干しは防犯面の心配もありますのでご注意ください。
 ※：花粉症の時期は早い時間に干しましょう。
 濡れた洗濯物は、花粉がとても付着しやすい状態。昼ごろには花粉の飛散量が増えるので、できるだけ早い時間帯に干し始めて乾かしておきましょう。



- 取りこむときは振って落とします。
 洗濯物を家に入れる前に、その場で振ったりはたいたりして、花粉や黄砂、ほこりを落とします。その時は必ず窓を閉め、部屋の中に入れないように注意が必要です。
- 天日干しと組み合わせましょう。

毎日昼には干せないというご家庭なら、浴室暖房乾燥機が役に立ちます！

紫外線による衣類の傷みもなく、24時間しっかり乾かせます。また、太陽光と同じように、殺菌効果のあるガス衣類乾燥機などもありますので、天日干しと組み合わせさせて使ってみましょう。



☆今月の星占い☆

2021年6月15日～2021年7月14日まで

牡羊座 3/21-4/20 静かでスローなテンポの音楽に癒されます。家事や仕事をする間、BGMとして流すのがオススメです。	牡牛座 4/21-5/21 インターネット広告や通販番組で見たグッズにひと目惚れ。購入前に本当に必要なものかどうか確認を。	双子座 5/22-6/21 生活圏内に興味深いショップを発見!これからあなたの日常に潤いを与えてくれる店がもしもありません。	かに座 6/22-7/22 いまさら昔沙汰のなかった古い友人から突然連絡が。互いに有益な新しい関係がスタートしそうです。
獅子座 7/23-8/22 やり遂げたことや作り出したものが、周囲から高い評価を受けます。自信にして、次の段階に進みましょう。	乙女座 8/23-9/23 長年にわたって常識だと思っていたことが間違っていたことに気がきます。新たな学びが必要かも…。	天秤座 9/24-10/23 災害時用の防災グッズなどのチェックをしましょう。足りないものを補充して、まさかの時に備えてください。	さそり座 10/24-11/22 臨時収入はすぐに散財せず、貯蓄に回した方がいいでしょう。年内に使いべき重要な機会が訪れそうです。
射手座 11/23-12/21 ストレスの多い日常を快適にするために毎日のルーティーンが重要。生活のリズムを再確認してみてください!	山羊座 12/22-1/20 日常的に使っている家電にちょっとした故障の兆しが。そろそろ新しいものとの交換を検討してください。	水瓶座 1/21-2/18 自粛期間中に覚えた知識や技術が意外なところで大活躍!新たな才能が目覚めてしまったかも!	うお座 2/19-3/20 働かめられて始めた健康法が効果を発揮し始めます。快適で明るい毎日のために続けることが重要です。

アンケートに答えていただいた方、全員にプレゼント!

今月のアンケートは・・・
 「洗濯物はいつ?どこに干していますか?」
 例:朝、外干し。夜、室内。決まっていない。衣類乾燥機を利用・・・など

今月のプレゼントは・・・
 『スプレーボトル』
 です。

数に限りがありますので、ご家族様一点までとさせていただきます。
 締切りは7/5(月)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。

★今月のプレゼント★

スプレーボトル

外出の際の必需品になったアルコール消毒。オシャレなボトルに詰め替えて!コンパクトサイズでポーチにも入ります。



※写真はイメージです。
 ※当商品には消毒用アルコールなどの液体はセットされていません。内容量約10ml

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。

〒194-0004
 63
 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6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・・・

家事の中で一番洗濯が苦手です。天気の良い朝に洗濯をして、外干しするまでは気持ち良くできるのですが、その後畳んだり、アイロンをかけたりにするのには時間がかかってしまうのです。渋々、洗濯物を畳んでいると...その上に猫(ニャ)結果遊んでしまう。そして時間ばかりが過ぎていく...。どなたかキレイにすばやく畳める方法を教えてください!!(あ)