

いよいよ2度目の梅雨明け！

近畿の今年の梅雨明けは6/28頃でした。
 平年は7/19頃なので21日も早かったことになります。
 そして梅雨明け後しばらくはカラッとした記録的暑さが
 続きました。しかし7月に入ると一変し、ジメツ、ジトツとした戻り梅雨
 状態に突入してどうなっているのかなと思っていましたが、ここにきてようやく
 そこからぬけだし、夏本番を迎えそうです。



2022年 8月号
テライ通信



8月・9月とも気温は平年より高め、降水量は平年並の予報です。
 秋風吹く暑さや和らぐ季節までこれから長期戦の様相なので、無理なく早めをこ
 ろがけ、熱中症対策を充分になさってください。



寺居 康之

リビング扇F-CV339は「立体首ふり」がついていて風を部屋中に拡げ、室温のムラを抑えてくれます。さらに温度センサーも搭載されており、明け方などに室温が下がると自動でOFF、エアコンのタイマーが切れた時など、室温が上がるると自動で風量を上げてくれるので、その都度操作しなくていいのも魅力的ですね。効率的なエアコンとの併用がおすすめです。




リビング扇F-CV339は「立体首ふり」がついていて風を部屋中に拡げ、室温のムラを抑えてくれます。さらに温度センサーも搭載されており、明け方などに室温が下がると自動でOFF、エアコンのタイマーが切れた時など、室温が上がるると自動で風量を上げてくれるので、その都度操作しなくていいのも魅力的ですね。効率的なエアコンとの併用がおすすめです。



梅雨が早く明けて毎日暑いですね。暑さに負けエアコンをつけてしまいましたが、電気代も気になる場所なので、扇風機と併用して使っています。


高原に吹くような心地よい風を

実際お店で、F-CV339とF-CV324を体験しました。
 F-CV339はとても音が静かで寝室向き、
 F-CV324は風量がとても強かったのですぐに体を冷やしたい時向きだなと感じました。
 それぞれに良さがあるので、ぜひお店で体験してみてください。 三宅 有加



F-CV339

- nanoe
- 立体首振り
- 温度センサー
- ハイボジションタイプ
- リモコン付
- 風量切替 8段階



F-CV324

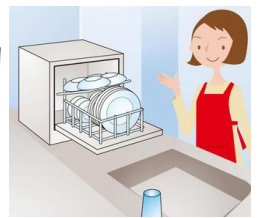
- リモコン付
- 風量切替 3段階

これなら置ける！奥行約29cmのスリムタイプ食洗機

スペースがなくて食洗機をあきらめていた方にうれしい **NEWS** です！！

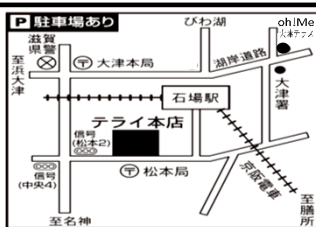


スリムタイプNP-TSK1はシンク横など、幅約55cm×奥行約29cmの設置スペースがあれば、すっきり収まります！
 洗うと同時に食器の除菌ができる【ストリーム除菌洗浄】
 手で洗うよりも水の量は約1/6ですむので節水できて、
 電気代も1回約8円しかかかりません！！



食洗機のある暮らし、始めませんか？ 寺居 かおり

Panasonic
 さわやか♥ライフ
テライ 本店
 TERAIDENKI
 大津市松本2丁目11-17 ☎ 522-2532
 FAX 524-3934



当店のホームページ、ブログをぜひご覧下さい。
 スタッフ皆でせっせと更新中！

大津 **テライ** で、検索 🔍

<http://www.teraidenki.com/>

ホームページはこちら



8月 暮らしのワンポイントネタ



暑さを乗り切ろう!

夏は、部屋の中と外の温度差による自律神経の乱れなどによって、夏バテが起こりやすくなります。夏に不足しがちな栄養をおいしく摂って補いましょう!

夏におすすめの食材やお料理(例)

ビタミンB1 (豚肉/枝豆など)	カリウム・ナトリウム (オクラなど)	ビタミンA・ビタミンE (うなぎなど)	ビタミンC・クエン酸 (レモンなど)
さっぱり食べやすい冷しゃぶサラダ	冷たくておいしい冷製スープ	夏野菜たっぷりのカレーライス	やっぱり王道! うなぎ

今年の夏は特に注意! 暑い季節の水分補給

水分補給のタイミングや飲み物の種類によっては、あまり効果的でない場合があります! あなたの水分補給は、大丈夫ですか?

のどが渇いたと感じる前に飲もう

渇いたと感じた時には既に体の脱水が始まっています。



コーヒーやアルコールは利尿作用があります

体から水分が排出されやすくなってしまいますのでご注意ください!



フレッシュジュースでミネラルも補給

夏に不足しがちなミネラルはフルーツで補えます。



適切なタイミングで、適切な水分を摂って熱中症を予防しましょう。

髪の日焼けに気をつけよう 夏バテ防止のために

紫外線は、既に春ごろから強くなっていますが、夏はやはりダメージを感じますね。顔や腕の日焼けだけではなく、髪にもダメージはありますから、帽子や日傘で頭部を守ることが大切です。紫外線量が多い時間帯の外出を避けることはもちろんですが、同じヘアスタイルで同じところに紫外線を浴びないように少しヘアアレンジを工夫するのも良いのではないのでしょうか。



夏バテ防止のために大事なことは、やはり良質な睡眠をすることではないでしょうか。真夏の夜は寝苦しいですが、エアコンを上手に活用して身体に負担をかけない室温調節をしたいものです。また、一般的に言われているように一日三食の規則正しい食事や、入浴もシャワーだけではなく、ぬるめのお湯につかることも大事ですね。また、身体を動かすことも大事ですから、激しい運動ではなく、室内で少し伸びをしてみるのも良いのではないのでしょうか。



暮らしのインテリア

「提灯=ちようちん」は日本独特の照明道具



お祭りなどで見られる提灯は、当初は折りたたまのできない籠提灯でしたが、やがて胴がじゃばらでたためるタイプが生まれ、江戸時代に多くの種類ができたと言われています。いわば、日本独特の照明道具ですね。ちようちんの文字には「挑灯」という文字もありますが、「提灯」は手に持って携行するという意味から一般的になったそうです。現在では口ウソクの代わりに電球を入れたものが増えてきていますね。

お届けしたのは...

さわやか♥ライフ

テライデンキ 本店

TERAIDENKI

大津市松本2丁目11-17 ☎ 522-2532
FAX 524-3934

定休日: 水曜 営業時間 9:00~19:00