



リフォームショップそらまめ そらまめ通信

不覚 🤒 コロナ感染！！



皆さんこんにちは。お彼岸も過ぎ、大分涼しくなってきましたネ！
イヤーッ、今年の夏も暑かったです。そんな猛暑も落ち着きつつある最中、私たち夫婦はコロナに感染してしまいました。最初は妻、5日遅れて私といった具合で感染・・・ 🤒 5日間程度、安静にして事なきを得ましたが、また流行り出しているようです。私達は、二週続けて東京駅八重洲地下街でマスクを着けず歩きまわった時に感染したものと思われます。今流行っているウィルスは重症化しにくいと言われているものの、感染力は強いとニュースでは報道されています。皆様も、人混みにお出掛けになる時は、マスクを着用して下さい。油断大敵ですね。お陰様で私も妻もすっかり回復し元の日常生活に戻っています 😊

📖 本選びの楽しさ ✨

読書の秋ということもあり、今日はこんな話題です。皆様は本を選ぶときに何を基準に選ばれていますか？ 雑誌、小説、ノンフィクション、ジャンルは様々ですが、私の場合は小説が好きです。本屋さんでは、まず新刊が平積みされているコーナーから見て、次にずらりと並んだ作家の本を単行本、文庫本という順に見て回ります。気になる本があると手に取り、帯や本の裏側に記されているあらすじや推薦文などを見てその時の気分フィットしたものを買って帰ります。決め手に欠ける時はただ、ぶらぶらと眺めて何も買わずに帰る時も多いです 😊

最近では本屋大賞なるものがあり、(全国の書店員が「面白い」「売りたい」と思う本を選ぶ文学賞) その中から気に入った本を選ぶことも多くなりました。昔は好きな作家の本を順番に読み漁り本棚に並べていくということが好きでした。村上春樹、伊集院静、原田マハといった作家の本を読み、また何度か読み返すといった感じでした。最近では前述した本屋大賞関連や、テレビ番組「あの本、読みました？」(BS テレビ東京)、文芸評論家の三宅香帆さんのYouTubeなどを参考に面白そうな本を見つけています。一時期、自分の年齢に合った本を読もうと小難しい本ばかりを読んでみましたが、全然楽しくなく、途中で挫折してしまう始末 😞 専門書であるとか新書であるとか必要に迫られて読みはしますが、全然楽しくない。読書というのは教養であったり知識を蓄えたりという側面がありますが、私にとっては娯楽なので自由に選びたいと思っています。途中まで読んだけれど、つまらないなーと思えば、そこで読むのをやめてしまいます。

写真は私の本棚です。この中には、何度も読み返しボロボロなり買い替えをした司馬遼太郎の「竜馬が行く。」があります。この本は20代の頃の私のバイブルの様な本でした。古本屋に本を持っていく際も、この本だけは手放せません。これからの秋の夜長は読書に最適な季節です。皆様はどんな本を読まれるのでしょうか？
(廣岡克省)



秋の快適な暮らしに！“空気”と“湿気”のリセット習慣

今年は夏が本当に長くとても暑かったですね。

人もバテますが、実は住まいも夏のダメージを受けていることをご存じですか？
このタイミングでちょっとしたお手入れをしておくと、秋～冬にかけての快適さがグッと変わりますよ！

今回は、「秋の快適さをつくる2つのポイント」をご紹介します。



①【網戸・換気扇・エアコン】

夏に酷使した“空気まわり”をリセット！

- ・ 網戸にホコリや花粉が詰まっていますか？

風が涼しくなる秋は、網戸を多用する季節。水洗い＋古歯ブラシなどで優しく汚れを落としましょう。

- ・ 換気扇はバタバタになっていませんか？

キッチンやトイレの換気扇は、夏場の湿気と油で汚れやすいです。ここでの掃除が冬場の結露やカビを防ぐ対策にもなります！

- ・ エアコンのフィルター掃除も忘れずに！

使用頻度の高かった夏のエアコンは、ホコリがびっしりの可能性あり。

秋以降の暖房効率にも関わってきます！



ワンポイント：💡 「そろそろ冷房から送風に切り替えかな？」という時期が掃除のチャンス！

②【収納＆クローゼット】衣替えの前に“湿気リセット”作戦！

秋は空気が乾き始める時期なので、収納や押し入れの除湿・換気には最適なタイミングです。

- ・ 衣類を入れ替えるついでに除湿剤のチェック＆交換を。
- ・ 押し入れやクローゼットは一度全部出して風通しを！
- ・ 布団の入れ替えもこのタイミングが吉。夏用寝具はしっかり干してからしましましょう。

「あれ、クローゼットがなんかカビ臭い…」というトラブル、秋には意外と多いんです！！

お手入れをすることで毎日の心地よさが大きく違ってきます♪
気候が安定して過ごしやすくなる秋の時期、
お家での時間をより快適に、心地良く過ごしてみませんか？



今月のそらめくんの独り言

キッチンを考えるとき、
「この冷蔵庫どこに置こう」じゃなくて、
「どう暮らしたいか」から決めるのがプロの
考え方なんだって。
朝はパン派？夜は家族で料理する？
そんな“日々の小さな動き”が、キッチンのかたちをきめるんだってさ。
でも、冷蔵庫の置場も、やっぱり大事だと
ぼくは思うんだ。

弊社ホームページの中で、そらめくんと「そら坊」
が人知れずつぶやいています。

最近つぶやいたそら坊の独り言をご紹介します♡



プロの視点と、日々の暮らしの感覚。
どちらも大切にしたい考え
方ですね。

快適です！布ぞうり生活👣

先日ハンドメイドが趣味の実母から布ぞうりをもらいました。古くなった浴衣で作ったそうです。早速履いて過ごしてみたところ、思いのほか足さばきが良く虜になってしまいました。それまでは単なるハンドメイド作品としか思っていなかった布ぞうりですが、足裏への刺激が何かメリットがあるのでは？と思い調べてみました。

健康維持⇒ポコポコとした布地が足裏への刺激になり血行促進が期待できます。草履はスリッパと違って「脱げやすい」構造のため、自然と足の指や足底の筋肉を使ってしっかり掴む動作が生まれます。ですので、生活しつつ自然と筋力が鍛えられるそうです。自然と丁寧な歩行になり、腰痛・膝痛の予防にも効果的だそうです。

エコ・清潔面⇒布が汗を吸収し、通気をよくしてくれるのでサラサラと快適な履き心地を保ちやすいです。足ムレも気になりません。何より家庭で洗えるので清潔です。エコの観点では、古布で作れるので環境への負荷が低くなっています。耐久性もあり長く使うことができます。布地がダメになっても、簡単に修理できることが多いため「洗える」「長く使える」「修理できる」という点は、使い捨て文化を減らす一助にもなります。

以上、優れた点が多くあることが分かりました。私個人としては、足裏への適度な刺激が気持ち良く、血流が良くなったせいか眠りが深くなりました！他には、足音が静か・歩くたび掃除している気になれる・まるで裸足かのようにラジオ体操が快適に出来る…でしょうか。

足裏マッサージが好きな私にはこれほど合う履物はありません。なぜ今まで見向きもしなかったのだろうと悔やまれます。食わず嫌いならぬ履かず嫌いでした。こちらは→母が作成した物です。自分でも作れるようになりたいので教えてもらう予定です！完成しましたら此方でまた写真を載せられればいいなと思います。（横川）



今月のかわいね!!

♪ このコーナーでは、毎月出合った「かわいね!!」をご紹介します♪

怪獣ブースカ(昭和代表)

1960年代特撮番組『怪獣ブースカ』の主人公！

事務所の経理書類の見張りを、ひっそりと担当してくれています。

ちょっと年季が入ったその姿が、なんとも頼もしい…！



お住まいの困りごと・小さな修理 そらまめが解決いたします！



0120-777-124

●住まいのリフォーム・増改築・店舗改装

リフォーム
ショップ

そらまめ



FAX 047-323-6528

HP <https://soramame-reform.co.jp/>

Mail soramame@xvf.biglobe.ne.jp

COORDINATORS JAPAN

(有)コーディネーターズジャパン
千葉県知事許可(般-2)第42887号

〒272-0015 千葉県市川市鬼高 3-1-21-1F

電話 047-323-6521

営業時間/9:00~18:00 定休日/日曜日



そら豆知識コーナー

猛暑の中の生き物たち

先日カラスが何羽も日差しを避けるためなのか、大型商業施設の暗い駐車場の天井裏で嘴を半開きにしてじっとしているのを見かけました。今年も厳しい猛暑が続きました。人間にとっては言うに及ばず過酷ですが、日頃見かける身近な生き物たちはどのように過ごしているのでしょうか？

〈鳥類・恒温動物〉

カラスは気温41℃、雀は45℃以上、ハトは43℃近くまで耐えられるようです。

鳥類には汗腺が無いので、体温を下げる調整機能がありませんが、パンティングと呼ばれる浅い呼吸によって熱を口から逃し汗をかかなくても効率良く体温を下げています。

それに加えて羽毛は保温だけでなく断熱にも優れ一定の体温を保つ機能を備えています。



〈昆虫・変温動物〉

蟬は約45℃前後、アリの一部の種は50℃、ゴキブリは40℃ぐらいまで、蚊は35℃~40℃ぐらいまでの耐性があるようです。多くの虫たちは体表に微細な毛や反射性の外皮を持ち、熱の吸収や放射を調整出来る機能があります。

このように暑さに適応出来るよう進化を遂げてきた生き物たちですが、ここ数年の気温はさすがに厳しいと言えるでしょう。猛暑の原因として地球温暖化が挙げられていますが、人間だけでなく生き物たちを守るためにも資源の無駄遣いを極力減らすといった出来る事を続けていきたいと思っています。

「ニュースレターは不要だよ」

というお客様へ

大変お手数ですが、
お電話・FAX・Eメールに
て、当社までご連絡ください。
ただちに、お届けを止めさせて
いただきます。

この度は、ご一読いただきまして
誠にありがとうございました。

感謝

編集後記

今月もお読みいただきありがとうございます。

朝晩が少しずつ涼しくなってきた、そろそろ「秋の気配」が近づいてきたでしょうか…。暑さに耐えた部屋や家電たちも、ふと見ればお疲れモード…。この時期の「ちょっとしたお手入れ」が、秋～冬を快適に過ごすカギになるなど、改めて感じています。今回の記事が、秋を心地良く迎えるヒントのひとつになっていたらうれしいです。

少しずつ変わっていく季節を、気持ち良く迎える
ことができると思いますね(^-^)

(かわバ)

