



スポーツの秋、コロナが落ち着いてきたので、運動会やスポーツ観戦もできるようになってきましたね。私も先日、娘のテニス大会に行ってきました。1戦目、2戦目は多少苦戦しながらもなんとか勝利。次の試合は、娘と偵察して明らかに格上の実力でした。これは勝てないかもしれないなということ話をして、もう思い切って当たって砕けてみようという結論になりました。蓋を開けてみれば意外と接戦！実力以上のものが次々と引き出され、ハラハラドキドキの展開に。結果負けましたが、今までで一番いい試合ができたと言った娘も大喜び。自分の中に様々な気付きがあった模様で、親としても娘の成長を垣間見れて非常に嬉しい1日でした。

ハウスクリーニング

気が付いたら今年も大詰めです。

そろそろ、大掃除の計画をして効率的に終わらせたいですね。各部位の掃除手順も大事で、2度手間にならないようにしましょう。

キッチン	つけ置きなど、汚れ落としに時間がかかるの最初に始める。
ダイニング	キッチン掃除中に汚れが飛び散る可能性があるため、キッチン掃除後に始めましょう。
窓	窓は独立しているのでもいつ始めてもOK。まずは網戸、激落ちくんで撫でるだけ。ガラスはスクレーパーを使うと早いです。汚れものが多いので洗面前に。
トイレ	狭いので、衣服に汚れが付く可能性があります。浴室前がいいでしょう。トイレの壁も忘れずに拭きましょう。水撥ね・カビなどで変色してしまいます。
浴室	服が濡れる可能性があるため最後の方で始める。
洗面台	掃除道具の洗浄等があるので、一番最後に掃除しましょう。

家族で役割分担を決めて、少しずつ始めていきましょう。



防災と療養グッズ

今は防災グッズと同じように療養グッズが必要になります。現在、コロナは落ち着いていますが、油断は禁物です。

一人暮らしや一家全員が感染をした場合、買い物はできず、悪化した場合、会話がわかるかわかりません。自宅療養の場合は悪化させないのが一番なので、その兆候が分かればいいですね。

一人暮らしの方ではできるだけ多くの人に病状確認してもらおうようにしましょう。

(例えば1時間毎に電話やlineで連絡を順番に入れてもらう等)

では何を用意しておけばよいか？

療養グッズ

- 酸素ボンベ
- 血中酸素計測器
- 抗体検査キット
- PCR検査
- 食事(レトルト類)
- 経口保水液
- マスク
- 除菌スプレー



地震が多いので、防災グッズも定期見直しを。

防災グッズ

家電はほぼ電気が必要。停電に備えて蓄電池も視野に。



高齢者の方必見！浴室の危険を改善

タイル浴室



タイル張りの浴室は高級感があって気に入ってるけど…

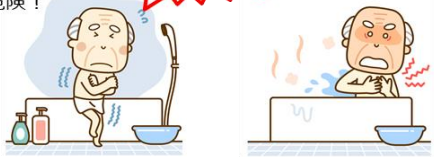


心拍数急上昇

心拍数急降下

ヒートショック

浴室内の低温が危険！



ユニットバス



・柔らかい床！
・水はけ抜群！
・お湯が冷めにくい！



天井・壁・床浴槽にも断熱材を使用



◆問題点◆

浴室がとにかく寒い

お湯が冷めやすい

段差が怖い

水掃けが悪い

床が滑りやすい

掃除が大変



床も浴槽もボタンひとつで自動洗浄



快適

将来を見据えるとユニットバスがおすすめです。 TOTOサザナ 1坪 ¥ ~ 80万円 ~

(工事費込)

Break-time

地元散歩…横浜三溪園

- ・ 11/23(火)~28(日)9:00~17:00
ハイジュエリー「ショーム」と日本文化の名匠3名との競演。宝石と匠の技術の融合がとても楽しみなイベントです。
- ・ 12/20(月)11:30~12:00 13:30~14:00
クラシックヨコハマ 若手音楽家によるカルテット
芸術の秋…五感の感度を上げていきましょう。



ホームページでオンラインチケット購入ができます

特別特価のお知らせ

今大人気のリファ ファインバブルのシャワーヘッドをイデア通信ご覧の皆様へ特別価格でご提供です。在庫希少のため、ご希望の方はお早めにご連絡ください。(12/10迄)



定価30,000円→18,920円(税込)

- ・ 2種類の極小泡が毛穴汚れを優しく落とす
- ・ 4種類の水flowで頭皮や洗顔、部位によって使い分け、肌を美しく保ちます。



住まいの問題解決隊 株式会社イデア

〒247-0033 横浜市栄区桂台南1-9-1グランポア2F
営業時間9:00~20:00 電話フリーダイヤル 0120-39-3992
ホームページ <http://www.y-idea.co.jp>