



熊澤です

皆さんは御朱印帳を持っていますか？我が家では今がブームです。  
 事の発端は今年の初詣。鶴ヶ岡八幡宮へ向かう参道の雑貨店で、気に入った御朱印帳を見つけ購入しました。  
 手に入れたからには白紙の手帳を埋めたくになりますよね。早速、八幡宮で第一号の御朱印をもらいました。  
 娘も御朱印をもらっていましたが、記す方によって味が出ますので、同じ場所の物でも違いが出てきます。  
 それもまた良いですね。私も昔、書道を習っていたので、墨の香りが懐かしく思います。



いろいろな書体を見ていると何だか書きたくなりました。御朱印は神さまの名前も記された、お札と同じようなもの。  
 お参りのしるしであり、神さまとの出会いを心に刻むための大切な記録だそうです。スタンプラリーにならないよう、  
 最低限、参拝した神社仏閣の由来を把握し、自分の人生で出会った神様の記録として残していこうと思います。

## 70532人が選ぶキッチン

営業マンがお客様に「最も売りたい、お勧めしたい」  
 キッチンは何？全国のリフォーム営業マン、プランナーに  
 アンケートを実施しました。驚きの一社独占という結果  
 になりました。

- 1位 クリナップ社 クリンレディ
- 2位 クリナップ社 ラクエラ
- 3位 クリナップ社 S.S.



### 70の意見・理由は・・・

#### ▶1位：クリンレディ

「機能性とデザイン性、コストのバランスがいいから」  
 「収納力、作業性もよい」  
 本当にバランスが良いです。この意見に限ります。

#### ▶2位：ラクエラ

コストパフォーマンスが良く、機能も充実している。  
 キッチン提案で重要視しているのが引き出し収納です。  
 ラクエラは一番下の引き出しが絶妙な高さがあり、他の  
 メーカーの商品よりも使いやすさを感じます。実際に導  
 入されたお客様も、大変喜ばれています。

#### ▶3位：S.S.

ステンレス製の躯体、キャビネットが使われており、  
 「ステンレスの質が良く、長く愛用できる逸品」  
 溶接がしっかりしていて接続部分が見えにくいことから、  
 商品としての仕上がりの高さを感じており、お客様に自  
 信を持ってオススメしている。プロにも近いキッチンで、  
 料理にこだわりたい人向けです。

キッチンとはとにかく小物・機材が多いですね。  
 だから私も収納が大事だと思ってます。  
 家事はいくらでも時間をかけられますが、主婦は短時間  
 で効率よく動きたいですね。  
 これからキッチン改修をお考えの方はぜひ、ショールー  
 ムに足を運んでプロが進める理由を実感をしてください。



## 話題の「10食品目チェック」 を知っていますか？

この飽食の時代、現代人は「低栄養」（栄養失調）と  
 診断される方が多いってご存知でしたか？

戦後じゃあるまいし、うそでしょと思いますよね。  
 70歳の4人に1人が低栄養の危険がある状態だそうです。  
 これはNHK番組の「ガッテン！」で特集していたもので  
 びっくりして釘付けになりました。

年を取ると肉を摂取する頻度が少なくなり、タンパク質  
 が足りなくなります。タンパク質は高齢者ほど重要な  
 栄養素。不足すると…

- ・心臓病の危険度がアップ
  - ・肺炎のかかりやすさも9倍に増加
  - ・骨折しやすくなる
- という。

そこで毎日の食事でタンパク質摂取を確認するため独自  
 のチェックシートがあります。  
 肉、卵、牛乳、魚、大豆は、たんぱく質そのもの。  
 肉は安価で調理しやすいひき肉がお勧め。魚や卵に比べ  
 て、より効率的にたんぱく質を補給できます。



残りの5品目の油、緑黄色野菜、芋、果物、海藻は体  
 中でたんぱく質を作ったり、働きを助ける食品。  
 この10食品を毎日、食べたら〇をつける。(量にかかわ  
 らず)7つ以上〇がつくと合格。



しかし、やり始めると空白がすぐ気になるので、もっ  
 とがんばろうとシートを埋めるようになり、自然とバラ  
 エティ豊かな食事をとるようになるのだという。  
 遠く離れたご両親のために…



この春から新生活を始めたお子さんのために…  
 冷蔵庫に張ってチェックするだけです。  
 是非お勧めします。(シートはアイデアホームページ内  
 アイデア通信からもダウンロードできます。)

# 本当にすごい！ 進化している

# LED

パナソニックは2019年で蛍光灯照明器具完全生産終了を発表しています。  
各社生産終了を発表しており、LED化はますますスピードが増すことになるでしょう。  
しかし消費者にとってはスムーズに交換できない理由があります。

- LED化が進まない理由
- ・電球が高い
  - ・既存器具に取り付けられない(調光式・密閉式・重量・電球の大きさの違い)
  - ・光が眩しすぎる、部屋が暗い

全てのデメリットを解消とはいきませんが、現状は大分良くなっています。

## Panasonic製

### 切り替えタイプ 電球色⇄昼光色 40形

1つで2役明るさ光色切り替えができる。

普段は電球色がいいけど…

- ・読書・裁縫するには光が足りない…
- ・子供がリビングで勉強するには光が弱く集中力が切れる。

そんな方にお勧めです。

スイッチのオンオフで切り替えられ、面倒なスイッチの交換不要。

電球のみの交換で実現できます。これが欲しかった(^^♪

### 光の広がり方



約180度

### 光の広がり方



約260°

### センサの検知範囲



約φ5m感知

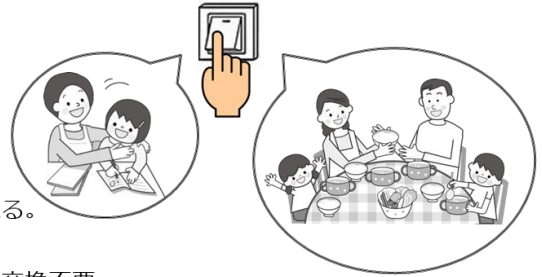
### ひとセンサタイプ 直径5m範囲 40形、60形

人の動きを検知して自動点灯、1分後自動消灯

何がすごいのか？今までは器具に自動センサーが付いていたのが、電球についている。

だから、器具交換なしでこれが実現します。

玄関やトイレにはピッタリ！

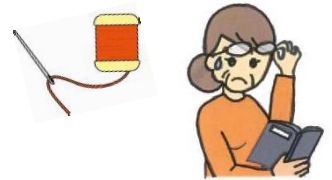


## 豆知識

### 【高齢者の推奨照度】若年成人の1.5倍を目安

- ・手芸裁縫 1500~3000ルクス (宝石ショーケース)
- ・読書 600~1500ルクス (事務所)

逆に夜のトイレは、深夜の寝室から廊下、トイレに至る動線上の明るさは10ルクス、  
トイレは10~20ルクス程度が好ましいです。(ルクス=月明り1lx、ろうそく10lx)



## INFORMATION

今年もやってきましたこの季節。  
これから出番の多い網戸のお手入れ、  
あなたはどうしていますか？  
今年こそは張り替えるぞ！と思っ  
ている方はプロの技が光る修繕教  
室へご参加下さい。毎回好評いた  
だいているこの教室、アイデア通信  
を配布している方を優先します。  
事前予約はお早めに。

### 【網戸張り替え修繕教室】

日程：2018年6月2日(土)

場所：桂台イトーヨーカ堂前グランポア2Fアイデア内

時間：午前の部 9:30~、11:00~

午後の部 13:30~、15:00~(各回4名)

各回、内容は同じです。

費用：500円 持ち物：なし(作業しやすい服装)

参加申し込みは0120-39-3992



### 【時短Cooking!】

#### 材料(4人分)

葉つきカブ	2~3個
鮭缶	1缶
水	300CC
牛乳	300CC
塩	少々
マーガリン	6g
固形コンソメ	1個

常備で保管している鮭缶。

期限が切れる前に朝食にピツ  
リ時短スープにいかがですか。

鍋にマーガリン+カブを入れて  
サッと炒める。そこに水+鮭缶+  
コンソメを入れて5分煮る。その  
後、牛乳+塩で味を調べて少し加  
熱。カブが少し硬い状態で火を  
止め、余熱で火を通し完成です。

**IDEA**  
アイデア

住まいの問題解決隊 株式会社アイデア

〒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>