



October
2026



Vol.94

通信

今月の気になる中面は 《玄関手洗いのメリット》 です

こんにちは！
代表の江川です

少しずつ涼しくなり、ようやく仕事がしやすい季節になってきました。汗だくにならずに済むので、「秋はいいな～」と思いながら現場を回っています。ただ、今度は日が暮れるのが早い！「もう少しだけ進めたい」と思っているうちに、あっという間に暗くなってしまう（笑）。結局この時期も時間との戦いですが、しっかり仕事を終わられるよう、段取りよく頑張っていきたいと思います！



有限
会社

江川リビングサービス

有限会社江川リビングサービス

〒432-8064 静岡県浜松市中央区倉松町 1482

【営業時間】 8：00～18：00 / 日曜定休日

どんな小さなことでもお気軽にお電話下さい

0120-47-3152

今月の
PICK UP!
👉

町内のお祭りに参加します♪

今年も倉松町の町内のお祭りが開催されます！このお祭りでは、屋台に太鼓を乗せて、みんなで町内を練り歩くのが恒例です。太鼓は一つをみんなで交代しながら叩くので、私も順番が回ってきたら叩かせてもらう予定です♪ 普段はなかなか太鼓を叩く機会なんてないので、今年も楽しみにしています。

地域の皆さんと一緒に町内を歩くのも、お祭りならではのですね。

当日、太鼓の音が聞こえてきたら近くを歩いているかもしれません。

見かけた方は、ぜひ気軽に声をかけてください(^^)



今月の健康レシピ大百科は

レンジ蒸しどり



穴埋め

二字熟語

来月号もお楽しみに！



盛

饗

宴

会

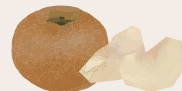
席



ペットと 楽しく暮らそう



「梨」は大丈夫？



梨はわんちゃんが食べても大丈夫な果物のひとつです。成分中の約90%は水分で、甘みを好むわんちゃんにとっては水分補給の目的で与えやすい食べ物といえます。ただし、梨の皮や芯は固く消化しにくいので取り除いてあげるなど、与える際には注意点もあります。

注意

皮や芯は消化しにくく、皮には農薬が残っている場合があるので、必ず皮を剥き、芯を取り除きましょう。また、成熟しきっていない梨の実には「アミグダリン」という有害物質が含まれています。わんちゃんがアミグダリンを含む食べ物を口にすると、中毒を起こす危険性があるので、注意が必要です。

約90%が水分、熱中症や脱水予防

梨は約90%が水分です。暑い季節に梨を与えることで水分の補給を図るのもよいでしょう。わんちゃんは甘みを好むので、梨の甘みに誘われてシャリシャリと食べてくれるかもしれません。熱中症予防のためにおやつに梨を与えてみるのもおすすめです。



疲労回復、解毒作用

アスパラギン酸は乳酸を分解してエネルギーに変換する作用があり、疲労回復に役立つと考えられます。また、体内に溜まったアンモニアを体外に排出する解毒作用も認められています。激しい運動のあとのおやつに与えることで、疲労回復を図るのもよいでしょう。

不要な塩分排出と高血圧予防

梨に含まれるカリウムには利尿作用があり、体内の余分な塩分を尿と一緒に排出して血圧を下げる働きをします。ただし、腎臓の機能が低下していると、「高カリウム血症」になる心配があるので、シニア犬や腎臓病、心機能が低下している場合は過剰に与えないようにしましょう。

整腸作用と便秘の解消

梨には食物繊維が多く含まれているため、便秘解消の効果が期待できます。ただし過剰に摂取すると便が水を吸って膨らみ、かえって排便が困難になる可能性があるため、与える量には気をつけましょう。



健康レシピ 大百科

今日の献立《レンジ蒸しどり》



【材料】（2人分）

とりむね肉	1枚
セロリ	2/3 本
豆苗	1/2 袋
トマト	1個
塩	小さじ 1/3
おろししょうが	小さじ 1/2
酒	大さじ 1
ナンプラー	大さじ 1
(またはしょうゆ)	

【つくりかた】

- ① セロリの茎の部分は斜め薄切りにし、葉の部分はせん切りにする。豆苗は長さを3等分する。トマトは小さめの乱切りにする。
- ② とりむね肉は水気を拭き、塩、おろししょうがをすり込む。耐熱皿にとり肉とセロリの茎の部分をのせ、酒、ナンプラー（またはしょうゆ）を回しかけ、ふんわりとラップをかけて電子レンジで約4分加熱する。とり肉の上下をひっくり返し、同様にラップをかけて、さらにレンジで約3分加熱し、加熱が終わったらそのまま2分置く。
- ③ 器に豆苗を敷き、とり肉を7mm幅に切って盛る。②の皿に残った汁とトマトを混ぜてまわしかけ、セロリの葉を上にかざり置いてできあがり。



① 感染症対策になる
玄関に手洗い場を設置すると、帰宅後すぐにうがい・手洗いを済ませることができ、外で触った菌を真っ先に落とせるので、ウイルスや汚れを室内に持ち込む心配がありません。コロナウイルスだけでなく、インフルエンザや一般的な風邪の予防にも効果的です。

玄関手洗い台のメリット

人気急上昇中！ 玄関手洗いの メリット



帰宅してすぐに手洗い・うがいができるため衛生面で魅力的なほか、来客用のセカンド洗面台としても活用できます。

② 来客用として使える

来客があった際、手洗いや身支度を整える場として洗面所を利用してもらう場面が多いのですが、来客にプライバシー的な空間を見せることに抵抗がある方も少なくないでしょう。玄関の手洗い場を来客用と兼ねれば、プライバシー空間を見られることがないので安心です。

③ 子どもの手洗い習慣がつく

玄関から洗面所までが遠いと、子どもが手を洗うまでに部屋のあちこちに触ってしまい、衛生的に気になるという親御さんもあるのではないのでしょうか。玄関に手洗い場を設置すれば、室内を歩き回る前に手洗い・うがいを済ませられるので、子どもに手洗い習慣をつけるうえでも効果的です。

④ 玄関近くの水栓として利用できる

玄関の手洗い場は、玄関先の掃除や花壇の水やりなど外での用事にも利用できます。屋内にあるため、外水栓に比べて劣化スピードが遅く、デザインの自由度も広がります。

玄関手洗い台の設置ポイント

① 動線を考える

手洗い場を設置するには相応のスペースが必要になり、その分玄関が狭くなってしまう場合があります。カタログや図面では小さく見えても、実際に見てみると想像よりも大きかったという人も多いため、セカンド洗面台を設置する際は、ショールームなどで実物の大きさを体感してみることをおすすめします。設置後の後悔を防ぐためにも、手洗い台のサイズ感や生活動線は事前によく確認しておきましょう。

② 配管工事費用がかかる

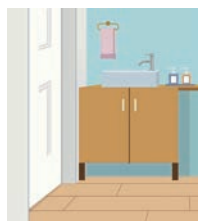
新築時に玄関の手洗い場を設置する費用はおおよそ20〜40万円が相場だといわれていますが、リフォームで設置する場合は壁や床の工事のほか、配管の構造を変える工事が必要になるため、それ以上の費用になることを想定しておきましょう。

設置場所が狭いという方にはウォータースーパーのようなスリムでコンパクトなデザインの商品もあります。水道工事をすれば室内のどこでも置けるので便利です。

③ 水撥ね対策をする

玄関付近の壁は水撥ねの想定がされていない分、洗面所の壁に比べて耐水性が低い場合が多くあります。そのため水撥ね対策をしていないと、手洗いの最中に撥ねた水がカビや汚れの原因になってしまう可能性があります。

手洗い場の付近には耐水性の高い壁紙を使用する、水撥ね防止のパネルを設置する、手洗い台を広くとるなど、設計の段階からよく計画を練っておきましょう。



暮らしの防災マメ知識 家の中の避難経路を確保しよう

防災アイテムの準備だけでなく、家の中の動線は意識していますか？いざというときすみやかに避難できるよう、家の中を整えておきましょう。

玄関へのアクセス

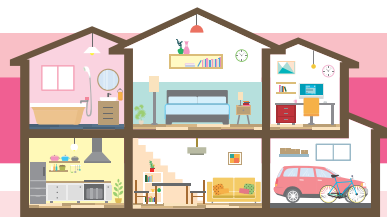
玄関は最もよく使う避難経路です。他の部屋から玄関までのアクセスはもちろん、玄関に続く廊下への動線は広く確保しましょう。床に直置きしているモノ、はみ出しているモノは片付けておくことも大切です。よく履く靴やスリッパを上がり框（あがりかまち）や三和土（たたき）に出しっぱなしにしていると、避難の際に邪魔になります。思わぬ転倒につながることもあるので、収納しておくようにしましょう。

ベランダへのアクセス

ベランダへの掃き出し窓をインテリアで塞いでいませんか？掃き出し窓に並行にレイアウトしていると、ベッドを迂回するためスムーズにたどり着くことが難しい場合もあります。観葉植物やベッドサイドテーブルなど、万が一倒れてベランダの前を塞いでしまわないよう、移動できるものは移動させ、転倒防止アイテムで予防しておきましょう。

階段

2階にクローゼットなどの収納場所があると、上がるついでに収めようと階段に物を置きがちに。いざ避難となったとき、慌てて階段を上り下りする際にモノにつまずいてしまうこともあります。極力物を置かないようにしたいものです。



江川リビングサービスの現場レポート



今年も窓のリフォームに補助金が出ています！

そこで今回は、本格的な冬を迎える前にオススメしたい窓工事をご紹介します。

実は、お家の熱の多くは窓から出入りするため、窓の断熱性能を高めることで暖房の効きが良くなり、省エネや光熱費の節約にもつながります。

さらに冬場に気をつけたいのが、急激な温度差による「ヒートショック」。暖かいリビングから寒い廊下や脱衣所へ移動したときなど、身体に大きな負担がかかることがあります。特にご年配の方がいるご家庭では、家の中の温度差を小さくしておくとう安心です。サッシそのものを交換する方法はもちろん、今ある窓の内側にもう一枚取り付け「内窓」も人気です。暖かく、省エネで、安心して冬を過ごすためにも、本格的に寒くなる前にぜひご検討くださいね♪

リフォーム前



リフォーム後



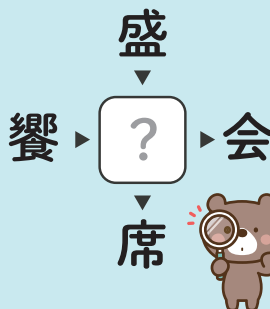
内窓設置（出窓へ取り付け）

穴埋め

二字熟語

□に漢字を入れて、
二文字熟語を完成させましょう！
矢印の方向に熟語が出来るように考えてね

答えは中面でCHECK！



秋の味覚の1つであるサンマを食べる時、大根おろしが添えてあることが多いと思うのですが、その理由をご存知でしょうか？

じつは、『胃もたれを防ぐため』なのです。大根おろしとサンマを一緒に食べる事によって、大根に含まれているジアスターゼという消化酵素が消化を助けてくれるそうです。胃もたれしやすいう方は大根おろしと一緒に食べると胃に負担をかけにくくお勧めです。

季節の
まめ知識

10月



江川のひと言

diary



今年の夏もエアコンの設置工事をたくさんさせていただきました。中でも多かったのが、コンセントなどがなく、エアコンを付ける想定をしていなかったお部屋への設置です。家を建てた頃は「この部屋にはエアコンはいらない」と思っていたのに、今ではエアコンなしでは過ごせないほどの暑さ…まさかここまで夏が暑くなるとは想像できなかったですね。

これから先、日本の夏はどうなっていくのか心配ですが、暑さを我慢せず、エアコンを上手に使って快適に過ごしてくださいね(^^)



有限
会社

江川リビングサービス

〒432-8064

静岡県浜松市中央区倉松町1482

【営業時間】8:00～18:00／日曜定休日

まずはお気軽にお電話下さい

江川リビングサービスのHPはこちら▶

0120-47-3152



編集後記

7月の終わり頃から「そろそろ釣りに行こう!」と思っていた

のですが、海のコンディションが悪かったり予定が合わなかったりで、気づけばまだ一度も行けていません(笑)。

そろそろ寒くなってくるので、釣り竿を出さずに一年が終わってしまいそうです…。今年の目標は、大きな「尺アジ」を釣ること!

秋は狙えるチャンスでもあるので、なんとか時間をつくって挑戦してきます。「この仕掛けがいいよ」「この時間帯が狙い目!」など耳寄りな情報をお持ちの方がいましたら、ぜひ教えてください♪