

はちみつの良いところ

甘くておいしいはちみつ。体に良いのは広く知られていますが、どんな良さがあるのか、ちょっと深掘りしてみます。はちみつの約80%はブドウ糖と果糖で、ビタミンやミネラル、アミノ酸などが含まれ、栄養豊富です。はちみつに含まれるブドウ糖や果糖は体内ですぐにエネルギー源となり、朝摂ると1日の活動のスイッチが入りやすいので、ヨーグルトといっしょに食べるのも良いですね。消化吸収が早いので、胃腸の負担になりにくく、疲労回復にも役立つのだそうです。また、強い殺菌効果が期待できるのも知られていますね。のどに違和感を覚えたら、はちみつをなめて、のどにとどめるようにすると効果的だとか。ほかに、レモンのはちみつ漬けや砂糖の代わりに使うのも良いですね。その本来の良さを味わえる純粋はちみつがおすすめです。



丁寧な床掃除でキレイに！

お部屋をキレイに保つために床掃除は欠かせませんね。そんな床掃除をいつもよりちょっと丁寧にしてみませんか？ いきなり掃除機をかけると、掃除機の排気の風でホコリが舞い上がってしまう可能性があるの、まずはドライシートをフロアワイパーにセットして床のホコリをある程度取り除きます。ドライシートを装着する際に、本体との間にタオルを挟むと、ドライシートが床により密着してホコリを効率良く取ることができます。ある程度取り除いたら、取り切れなかったホコリを掃除機で吸います。床には皮脂汚れもあるので、バケツなどにぬるま湯と中性洗剤を小さじ1程度入れ、ぞうきんを浸し、固く絞って丁寧に拭きましょう。床に落ちた水滴が乾いてホコリが固まって残った汚れにも有効です。水かぬるま湯で2度拭きしたら、乾いたぞうきんなどで仕上げに拭けばさっぱり！大掃除やちょっと時間がある時にでもやってみてくださいね。

※無垢の床材の場合は水拭きは避けましょう。

スマホのバッテリーを節約する方法

気が付くと、スマホのバッテリー残量が少ない！と焦ることはありませんか？そこで、節約の知恵を紹介します。画面の明るさがバッテリー消費を大きく左右するそうなので、設定から画面の明るさ自動調節をオンにすることをおすすめします。また、バッテリー残量が少ないとき、低電力モードやバッテリーセーバーといった機能をオンにすると節約につながります。ほかに、スマホを使わないときに画面がオフ状態になる画面の自動ロック機能が作動する時間を短くするのも手です。位置情報サービスはバッテリーを多く消費するので、位置情報を必要としないアプリはオフにするか、よく使うアプリは使用中のみ許可といった設定にする、使わないアプリを削除するといったこともおすすめです。ぜひ参考にしてみてくださいね！



こんにちは／

お施主様の笑顔が
私どもの一番の喜びです。

代表取締役 荻野剛人

あなたの街のOGIKENです。

いつもお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。今回お届けしました住まいのかわら版はいかがでしたでしょうか。日頃からお世話になっておりますお客様へ、お住まいと生活に役立つ情報を提供することができましたらと思い本紙をお届けいたしました。お住まいのこと、リフォームに関してのご相談などお役に立てることがございましたら、お気軽にご相談ください。

快適！便利！おすすめリフォーム商品情報

洗練されたデザインで、機能性も充実のおすすめリフォーム商品をご案内いたします。

システムバスルーム Lidea

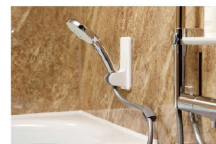
私らしさが見つかる、バスルーム。ライフスタイルも、くつろぎも、十人十色。リデアなら、あなたのライフスタイルにぴったりのバスルームが見つかります。

戸建用

LIXIL

リデアのイチ押しアイテム

■マグネットアイテム



収納棚・シャワーフック・ミラー等を好きな位置に、ライフスタイルに合わせて使えます。

■まる洗いカウンター



外して洗えて、裏までキレイ。折りたたんで洗い場ひろびろ。

■スマートエスコートバー



洗い場での立ち座りや洗い場から浴槽への移動をエスコートして、安心入浴をサポート。

リデアなら、多彩なコーディネートが楽しめます。

詳しくは
LIXILウェブサイトへ▶



Lidea 壁パネル キャンペーン<リフォーム限定>

壁パネルのグレードアップがお得
2025年10月1日(水)～2026年3月31日(火)

キャンペーンについて詳しくはこちら▶



写真・記事：株式会社 LIXIL

間違えがし答え：①女の子のリボン ②男の子の靴 ③お父さんの服 ④バドミントンの羽根(シャトル) ⑤ベンチ

ご相談・お問い合わせはこちらまで

株式会社 荻野建築企画

〒335-0022 埼玉県戸田市上戸田1-1-17
TEL 048-445-5277 FAX 048-445-5865
<https://www.ogino-k.com>

