



千代田通信レポート

5月号
2016.5.1
発行

発行元:新潟市中央区下所島2-17-3
株式会社 千代田設備

第76号

今月のご挨拶

今月の特集は、緊急特集として、災害時の備えについて特集します。このたびの熊本地震で改めて、災害時の備えの重要性を感じた方も多いのではないのでしょうか。まだまだ現地では余震も続き、大変なご苦労をされている方が多いとの報道を目にする度に、胸が痛くなります。

私たちは、災害時に何をどう備えたらよいのでしょうか、考えていきたいと思えます。

今月もどうぞ千代田通信レポートをよろしくお願ひします。



★特集★ 災害への備えを再点検してみましよう

謹んで震災のお見舞いを申し上げます

この度の熊本地震により多くの方の尊い命が失われたことに、深い哀悼の意を捧げます。被災された皆様には心よりお見舞いを申し上げますとともに、皆様の安全と被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

株式会社 千代田設備 及び グループ社員 一同

今回の震災をきっかけに、災害時の備えについての重要性が見直されています。皆様のご家庭でも今一度、災害時の備えについて話し合い、防災グッズを揃えておくことをおすすめします。

【非常持出品】

両手が使えるリュックサックなどに、避難のとき必要なものをまとめて目のつきやすい所に置いておく

飲料水・携帯ラジオ・衣類・履物・貴重品・懐中電灯・救急セット・雨具 など

【非常備蓄品】

地震後の生活を支えるもの
一人3日分程度
食料品・飲料水
簡易ガスコンロなど

常に備蓄しておく



●災害時でも安心なウォーターサーバーをおすすめします

ウォーターサーバーは備蓄水対策としても活躍しています。特に震災などの災害時には、水道が使えなくなったとしても、ウォーターサーバーの水を飲み水として使うことができます。

おすすめのウォーターサーバー

water*net

おいしい水、安全な水が、いつでもそばにあるように...

については次のページで次のページでご紹介します！



★特集★ 災害時にも安心なウォーターサーバー

人間は最低でも1日2リットルの水分を必要とします。備蓄用としては、1人最低でも1日3リットルとされています。

3日分の飲料水となると6リットル。ペットボトルで保存するのも大変です。ウォーターサーバーは停電時にも水を抽出可能なので、いざというときに役に立ちます。ボトル1本で、12リットルストックできるので安心です。災害時では、赤ちゃんのミルクを作るのに苦労されているという話を聞きます。ウォーターサーバーのお湯は赤ちゃんへのミルクにももちろん利用可能。震災後、ウォーターサーバーへの問い合わせが全国各地相次いでいるのもうなづけます。

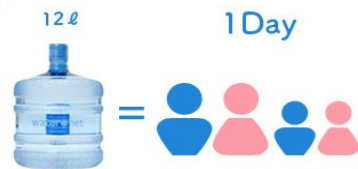


ウォーターサーバー-L 2.0 ウォーターサーバー-S 2.0

water*net

おいしい水、安全な水が、いつもそばにあるように...

1ボトル(12ℓ)で4人家族の1日分



4人家族の場合
3リットル×3日分=9リットル
4人分で**36リットル**

仮に500mlのペットボトルだと72本を置いておくことになります。

72本 保管できますか??

ウォーターネットは、ウォーターサーバーのレンタルとウォーターボトルに入った美味しいお水の**宅配サービス**です。

お申込み料

0円

ウォーターサーバー
レンタル料 **無料***1

ご利用月ご注文分の
ボトル代 **1,296円/本**

月々払い(宅配料・メンテナンス代金込)

*1 レンタル料無料サービスの場合は条件があります。条件外の場合は1,080円/月いただきます。

1週間無料キャンペーン 実施中!!

まずは1週間おためししてみませんか?
使ってみて、実際にそのよさを感じてください!

90°Cのお湯 5°Cの冷水がいつでもすぐにご利用できます。

取付・メンテナンス・配送とも当社が全て行いますので、安心・安全にお使いいただけます。(取付・メンテナンス費用とも不要です)ウォーターネットについてのお問い合わせは、「**通信レポートを見た**」と言って頂き、下記までお気軽にお電話ください。

Water*net ミスターパイプレンヂ ☎0120-452-431



「ウォーターネット ありがとうキャンペーン」がスタートしました!

おかげさまで10周年 ウォーター*ネット ありがとうキャンペーン

いつもウォーターネットをご利用頂き、ありがとうございます。
アンケートにご回答頂くか、新しいお客様をご紹介頂くか、新たにご契約頂くか、
いずれかひとつで抽選で300名様に素敵な景品をプレゼント!



ウォーターネットでは、日頃の感謝をこめまして、「おかげさまで10周年 ウォーターネット*ありがとうキャンペーン」をスタートさせました!

アンケートにお答え頂くか、新しいお客様を紹介頂くか、新たにご契約頂くか、いずれか一つで抽選で300名様に素敵なプレゼントが当たります。キャンペーン期間は4月1日から6月30日までです。沖縄旅行やマッサージャーなどが当たるチャンスです!

ボトル配達時に、アンケート用紙もお配りしておりますので、ぜひ皆さまご応募ください。

くわしくは左記のチラシをご覧ください。



5歳若返るヒケツ

～腸内環境から老化を防ごう！～

腸内細菌のうち、いわゆる“悪玉菌”が増えると、それによって発生した有害物質が体のあちこちを老化に導きます。しかし、食生活を改善すれば、3日から1週間ほどで、善玉菌優勢の状態に変えることができます。

腸を健康に導くために一番大切なのは、何といても野菜です。野菜は食物繊維を多く摂れるので、便秘解消だけでなく、便の状態をよくしたり、ビフィズス菌

の増加に効果的。たくさん食べられるように、3～5種類を組み合わせたり、温野菜やスープにするなど献立を工夫してみましょう。

次に「プロバイオティクス」を摂ることが大切。これは、体によい働きをし、生きのまま腸に届く微生物、そしてそれを含む食品のことで、具体的にはヨーグルトや乳酸菌飲料、チーズや納豆などの発酵食品です。プロバイオティクスで摂った微生物は、もともと常在しているビフィズス菌や乳酸菌を増やします。定期的な排便を促し、善玉菌優位の腸内環境を作り、腸を健康にしてくれます。



後ろ向きなやり方では、とても生きてはいけないよ。
前向きに進むんだ。毎日が新しい日なんだから。

今月の処方箋

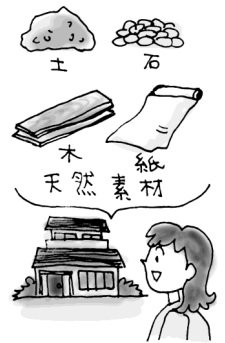
— (ボブ・マーリー ミュージシャン) —



暮らしの17フォーム Q&A

【Q】「無添加リフォーム」との言葉を聞きました。どのようなものですか？

【A】「無添加リフォーム」もしくは「自然素材住宅」とは、シックハウスやアレルギーなどの健康被害を受けにくい住環境の実現を目指した家作りのことです。土、石、木、紙といった天然素材をそのまま使用したり、化学物質を使っていない部材を多用するので費用が若干かかります。しかし、健康被害に悩むことなく快適に暮らせる毎日は、身体面だけでなく精神面にも良い影響を及ぼすでしょう。また、天然素材の心地良さは癒しとなり、時間と共に住まいの風合いも増していきます。人生を共にする我が家ですから、こういった快適さは大事に考えておきたいものですね。



編集後記

最近の調査で、近頃の若年層はCDを買って音楽を聴かない人が多いという統計が発表された記事を読みました。「音楽を聴くのも、ニュースを読むのも、漫画を読むのもスマートフォンがあれば済む」という時代のせいなのでしょう。もう若くない私としては、なんだか少し寂しさも感じています。「ジャケ買い」なんていう言葉ももうわからないのかな。

本でもCDでもお店に行って、ふらっと見つけたものをインスピレーションで購入したときに偶然、素晴らしいものに出会ったときの感動は、なかなか忘れられないものがあります。必要なものが必要なときに手に入る時代にそういう無駄な買い物もいいんだよ、と言いたくなる世代です(笑)

(編集者：馬場真理子)



ちなみに、学生時代、お小遣いで初めて購入したCDが大黒摩季さんでした。けっこう忘れないものですね。
8センチCDがなつかしいです。