

# あすともす通信

こんにちは！

あすともす通信です♪

秋から初冬にかけて吹く「野分(のわき)」と呼ばれる風があります。野の草を分けて吹き通る強い風のことです。たとえば「台風による暴風を指したりもします。激しい風や雨に注意」しつつ、秋の風情を楽しみたいものです。



## —— 今月号のご案内 ——

○ アンケート結果発表 & 今月の野菜&便利BOX

○ 衣食住遊「～ お手入れポイント 浴室編 ～」

 アストモスリテイリング株式会社

ホームページも是非、チェック！



アストモスリテイリング

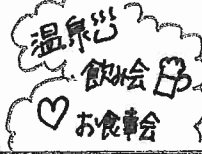
検索

# アンケート結果 発表

今月は5月～6月までのアンケート結果をご紹介します!

外出自粛が解除されたら行ってみたい場所は?

- 1位: 国内旅行、温泉
- 2位: 食事会、飲み会、宴会
- 3位: 家族、親戚に会う
- 4位: 友人に会う、大勢で集まる



外出自粛が長くなり、近場で良いのでリフレッシュしたいという方が多かったです。家族や親戚、友人と集まり楽しく食事したい! 当たり前のことを当たり前を楽しむために、コロナ禍の終息を願うばかりです。

洗濯物はいつ干していますか?

朝/早朝 60%、夜 8%、昼間/日中 2%、決まっていない 9%、時間回答無し 21%

洗濯物はどこに干していますか?

外干し 72%、室内干し 12%、決まっていない 11%、衣類乾燥機 5%



朝、外干している方が40%以上でしたが、最近では夜洗濯して室内干しや衣類乾燥機を利用している方、夜洗濯して、朝に外干しする方も増えています。

## 今月の野菜 & くだもの



### ざくろ

ざくろは果皮が赤く、熟すと裂けるという特徴があります。果実の中には赤い身がたくさん詰まっています。この部分を食します。さわやかな甘みと酸味があり、ツブツブの食感が特徴です。

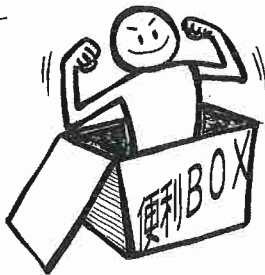
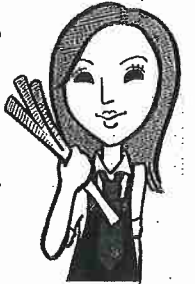
旬: 9月～11月

選び方: 全体が赤く着色し、重量感があり、表面に傷が少ないものを選びましょう。

保存方法: 果実が割れていないものは日持ちします。割れたらなるべく早く食べましょう。ポリ袋に入れて冷蔵庫で保存します。

果粒だけ取り出して冷凍保存も可

ビタミンやクエン酸を多く含み、疲労回復に役立ちます。赤い果汁は抗酸化作用により、生活習慣病予防の効果が期待できます。



暑さ続く季節は電気代が気になります。家庭で使う電化製品の中でも照明器具は消費電力が大きいものです。そこで節電のために照明をLED照明に換えたご家庭も多いのではないでしょうか。最近では価格もだいぶお手頃になり、デザイン生も高い機種も増えてきました。今月はLED照明について調べてみました。

省エネになるだけでなく、暮らしに彩りを加えたり、便利な使い方ができるのもLEDのメリット。例えば、リビングなどによく使われる「シーリングライト」は、明るさや光の色の調整機能、タイマーなどがついた便利な機種が多くなっています。特に光の色(調色)は、1日のシーンに合わせて使い分ければ、生活がもっと楽しくなります。光の色には「電球色」「昼白色」「昼光色」の3つがあります。それぞれどんな場所で、どう使えばいいのか。オススメの使い方をご紹介します。

### 電球色: 暖色系で暖かみのある色

明るさは控えめで、オレンジ系の落ち着いた色です。ゆったりくつろぎたい夜のリビングや寝室の照明、間接照明などにピッタリ。

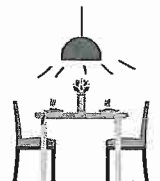
食べ物をおいしそうに見せてくれるので、食卓の照明にもオススメです。

### 昼白色: 太陽のような自然な色

一番自然の光に近い、爽やかな色です。家中のどんな場所でも、どの時間帯でも使いやすいでしょう。リビングなど家族が集まる場所、長時間滞在する部屋、メイクや着替えをするスペースなどに。

### 昼光色: 青みがあり最も明るい色

白色に青みを加えた、とても明るい色です。脳をシャキッとさせる効果があり、勉強部屋や仕事部屋などに使うと集中力アップ。リビングなどで勉強するときは、昼光色のデスクライトを使いましょう。



LEDのシーリングライトの設置や交換は、天井に「引掛シーリング」があれば簡単です。詳しくは、当社までご相談ください。

～ お手入れポイント 浴室編 ～

1日の疲れをいやしてくれるお風呂。家の中でも、とりわけ湿気が多くカビが生えやすい。毎日使うところだから、汚れもたまりやすくなります。今日は、効果的で簡単なお手入れ方法をご紹介します。

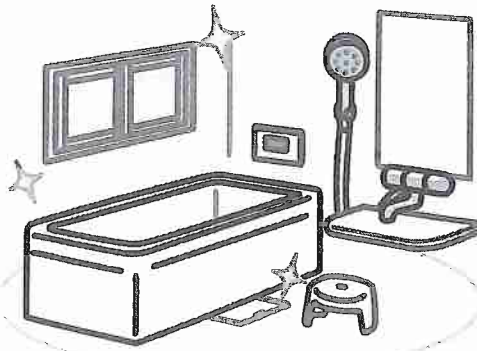
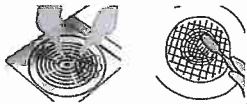
浴室のカンタンお手入れ術!

洗面器・イス・石鹸置き等

ティッシュペーパーで覆い、浴室用洗剤をスプレーして30分程度放置します。汚れが浮いてきたらスポンジや古歯ブラシでこすりましょう。

排水口

フタや目皿をはずし、タワシ、古歯ブラシなどで汚れを落ちします。こびりついた汚れは割り箸などを



鏡

石鹸付きスチールウールで軽くクルクルと回しながら拭き取りましょう。日頃から乾拭きすることが大切です。

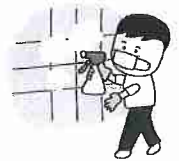
シャワーヘッド

ホースからヘッド部分を取りはずし、マチ針などでひとつひとつ穴を通していきます。ヘッドの中は水でゆすぎましょう。



壁・床

シャワーを全体にかけ、浴室用洗剤をスプレー。5～10分したら壁はスポンジ、床はタイルブラシでこすり洗い。汚れが落ちたらシャワーでよく洗い流し、最後は乾いた雑巾で水気を拭き取りましょう。



浴槽

〈ホーロー・ステンレス製〉

浴室用洗剤とスポンジで柔らかくこすります。汚れがひどい場合はクリームクレンザーを使います。酸性の洗剤は使用出来ないの注意しましょう。

〈プラスチック製〉

普通の浴室用洗剤とスポンジで。傷つきやすいので、柔らかめのブラシかスポンジを!

〈天然石〉

酸性やアルカリ性の洗剤は使用できません。中性洗剤を使用しましょう。

〈木製〉

普段は洗剤を使わず、入浴後にブラシなどでこする習慣を。汚れがひどい場合は台所中性洗剤を使用しましょう。



浴槽、壁、床、鏡などの材質に合わせて洗剤やお掃除道具を上手に選びましょう!

汚れ別 お手入れ方法!

浴槽の黒ずみ

正体は体から出たアカです。付着直後に温かいうちにスポンジで擦れば落とせます。

排水口のつまり

髪の毛や石鹸のカスがたまりやすいので、定期的に掃除しましょう。ヘアキャッチャーやストッキングで毛髪などを流さない工夫をすると、掃除が楽になります。

浴槽のフチやタイル、鏡につく白い汚れ

正体は水道水に含まれる塩素系イオンやカルシウム。日頃から水気をよく拭きとっておくと防止できます。ついてしまったら、石鹸付きのスチールウールや耐水サンドペーパーで擦り落としましょう。

浴室内は高温多湿でカビが繁殖する好条件が揃っています。清潔感を保つには、こまめなお手入れと換気がポイントです。

# ☆今月の星占い☆

2021年9月15日～2021年10月14日まで

<p><b>牡羊座</b> 3/21-4/20 暑さがひと段落するのを見計らって、庭やバルコニーの大掃除を! 家の清潔感がぐっとアップします。</p>	<p><b>牡牛座</b> 4/21-5/21 頻りに掃除をしない場所を思いきって全カクリーン! 新鮮な気持ちで毎日を過ごせそうです。</p>	<p><b>双子座</b> 5/22-6/21 家計簿や日記など、無意識にしていた記録が役に立ちます。これからもできるだけ休まずに続けて!</p>	<p><b>かに座</b> 6/22-7/22 気になっていた運動不足がたり、体重が増加傾向に...。毎日少しでも体を動かすことを肝に銘じて。</p>
<p><b>獅子座</b> 7/23-8/22 言われるがままに続けてきたことが、徐々に身になっていることに気づきます。今後は楽しく続けられることでしょう。</p>	<p><b>乙女座</b> 8/23-9/23 月末から翌月上旬まで、金運が絶好調! 臨時ボーナスを活かして、欲しかったものを手に入れましょう。</p>	<p><b>天秤座</b> 9/24-10/23 思わず自分でも笑ってしまう失敗があるかも。落ち込む必要はありません。全力で笑い飛ばせば運気回復!</p>	<p><b>さそり座</b> 10/24-11/22 朝の時間の活用が、生活の質に大きく影響します。早起きして、朝食前にできることを見つけましょう。</p>
<p><b>射手座</b> 11/23-12/21 他人の影響を受けやすい時期。適当なアドバイスをくみ取ると、マイナスになるので注意が必要です。</p>	<p><b>山羊座</b> 12/22-1/20 目の疲れが行動力を奪います。スマホ画面やテレビの見過ぎに注意して、定期的に目を休めることをオススメします。</p>	<p><b>水瓶座</b> 1/21-2/18 身の回りの整理整頓がよい運気を呼びます。収納ボックスなどを活用して、物の置き場を整えましょう。</p>	<p><b>うお座</b> 2/19-3/20 ちびとした物音や風の気配で目が覚めるほど、神経質になりそう。耳栓やアイマスクを使うことも一案です。</p>

アンケートに答えていただいた方、全員にプレゼント!

今月のアンケートは・・・  
「お家の中でお掃除が苦手、大変なところはどこですか?」  
例: レンジフード、ガスコンロ、トイレ、お風呂・・・等々

今月のプレゼントは・・・  
『お掃除3点セット』です。

数に限りがありますので、ご家族様一点までとさせていただきます。  
締切りは 10/5(火) 消印 まで有効です。  
※プレゼントの発送には少しお時間を頂いております。ご了承下さい。

★今月のプレゼント★

## お掃除セット

お部屋やキッチン、クローゼット、お風呂のお掃除に、可愛い癒し系モップ11個とマイクロファイバークロス2枚のセットです。

約200mm 約200mm 約130mm

※写真はイメージです。柄は選べません。ご了承ください。

個人情報の取扱について：  
読者の皆様から届いた応募ハガキなどは、より良いサービスの提供のために参考にさせていただいております。また、個人情報保護の観点から、鍵のかかるロッカーで厳重に保管しております。

〒194-0004  
63  
東京都町田市鶴間  
7-31-1  
アストモスリテイリング(株)  
関東カンパニー内  
お客様センター  
「全員プレゼント9月号」係

- ◆ お名前
- ◆ ご住所
- ◆ お電話番号
- ◆ 生年月日
- ◆ 今月のアンケート

編集後記・・・  
コロナ禍が続く中、2021年の夏が終わりを告げます。毎年夏休みには実家に帰省し、お墓参りに行ったりしていましたが、この2年は行けずにいます。元気にみんなが集まることが、実はとても幸せなことだったのだと実感しています。今年の夏の一大イベントはワクチン接種でした。(あ)