



こんにちは！フラワーデンカです！

いよいよ今年もあと1ヶ月。年々1年過ぎるのが早く感じるようになったのは、年のせいでしょうか（笑）今年の年末年始は9連休という方もいらっしゃると思いますよね～。家族で過ごす時間が長いので、住まいや設備のことを相談する機会にもしてくださいね。また、手洗い・うがいはこまめに行ってくださいね！



## なるほど快適通信

### 高くないがちな冬の光熱費。部屋別の省エネポイント



冬は外気温と室温の差が大きく、夜が長いので暖房や照明をつけている時間が長くなります。そのため、光熱費が高くなりがちです。無理なくできる省エネポイントを紹介합니다！

#### リビングルームの省エネポイント！

エアコンの使い方を工夫すると、節電効果が期待できます！

- エアコンの設定温度は**20℃**を目安に
- 頻繁にスイッチの入り切りを避け、**自動調整機能**にする
- エアコンの風向きは水平に対して**60°以上の下向き**に
- エアコンのフィルターは**月に1～2度掃除**をする
- サーキュレーターなどを併用し、**暖まった空気を循環**させる
- ガスファンヒーターは、冷気が入りやすい**窓の近くに設置**する
- **断熱マット**などを敷いて、床に熱を逃がさない
- カーペットや床暖房など分割して暖める機能があれば、**人のいない部分を暖めない**
- ストーブやエアコンなどと併用する場合は、**こたつの設定温度を控えめ**にする
- **厚手のカーテン**で保温効果を高める



#### キッチンの省エネポイント！

冷蔵庫は左右だけではなく、上部と背面も距離を離す！

- やかんや鍋料理などで**湿度を上げる**（湿度が上がると体感温度が上昇します）
- 鍋の水滴をふき取ってからコンロにかける
- 炎が鍋底から**はみ出ない**ようにする
- 洗いものは、**ため洗い**にする
- 炊飯器の長時間保温をしない
- 冷蔵庫は壁から3～5cmほど距離を離す
- **冷蔵庫**内に食品を詰めるのは**7割程度**
- **冷凍庫**内は**すき間なく**詰める
- 冷蔵庫は「強」から「中」に
- 熱いものは冷ましてから入れる
- ドアの開閉を最小限にする



#### お風呂の省エネポイント！

- **節水型のシャワーヘッド**に変える
- お風呂は間隔をあけずに入り、**追い焚き回数を減らす**
- 浴槽の**ふたは必ず閉める**
- ドライヤー使用時は、先にタオルでしっかり髪の毛の水分をふき取る

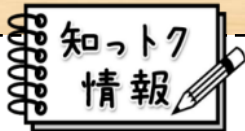


#### トイレの省エネポイント！

- 暖房付きの便座は**ふたを閉める**
- 便座や温水の設定温度は季節に合わせてこまめに調節する
- **省エネ機能を利用**する



参照：資源エネルギー庁HP



## まずは自分の行動から。自主防犯対策とは？

だんだん増加する侵入窃盗事件。当店にも、どんな対策をしたらいいのか、防犯機器にはどんなものがあるのかといった『防犯に関するご相談』が増えています。まず何をすべきか、家族が集まる年末年始に、話し合ってみてはいかがでしょうか。



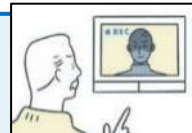
### 侵入窃盗は無施錠の窓や玄関からの侵入が多いです！



警察庁によると、空き巣をはじめとした侵入窃盗の多くは、鍵の掛かっていない箇所から侵入しています。ゴミ捨て時など、少しだから大丈夫と思わずに、必ず鍵をしめましょう。その他、**自主的に行いたい防犯行動**をご紹介します。

#### <在宅・帰宅時の行動>

- 在宅時でも、玄関や窓に**鍵を掛ける習慣**をつける。
- 訪問者に対しては、ドアを開ける前に**ドアスコープやインターホン越しに確認**する。
- 外出先から帰宅した際は、**背後や周囲に人がいないか**、よく確認すること。



#### <住宅の防犯対策>

- 旅行など長期不在にする時は、**隣近所へ声を掛け合ったり、新聞などの配達を止める**。
- 玄関を二重ロック**に、**窓に補助錠**を取り付けるなど、防犯設備を充実させる。
- 日頃から**建物周囲を整理整頓**し、侵入されにくい環境を整えておく。

#### <日常での心構え> **不審を感じた場合には、ためらわず110番通報すること！**

- 自宅に必要以上の**現金を置かない**。 ●電話は**留守電**にしておく。
- 電話などで**在宅状況、家族の状況、資産状況**を聞かれても答えない。



### 商品の配送・設置やリフォームなど、地元で安心の当店にお任せください！



宅配業者を偽装した手口には、荷物の受取りに**宅配ボックス**を活用するなど、荷物を直接受け取らない方法をとることが大切です。**当店で宅配ボックスの設置の相談も承ります！**

## 編集後記“ちょっと、ひと休み”

今月のニュースレターはいかがでしたか？  
今後も毎月、当店から暮らしにお役立ていただける情報を発信して参ります。お知り合いで「ニュースレター欲しい！」という方がいらっしゃったら、ぜひご紹介ください。

### つけだれの工夫で塩分控えめに！

鍋料理が美味しい季節になりましたね～。1つの鍋で多くの食材を煮込むので、エネルギー効率が高く、家族全員が集まれば暖房も節約できます。**お鍋は省エネ料理です！**  
また、汁まで飲むと気になる塩分は**お酢を使うと減塩になりますよ！**



## こんにちは！



当店は困ったを解決するまちの電気屋さんです。店頭での販売はもちろんのこと、電球交換からハウスのリフォームまでみなさまの笑顔あふれる暮らしをサポートします。地域密着店の小回りの良さを生かし、私たちは**「ずっとあなたの電気係です。」**