

知っとく情報誌3月号

そろそろトイレの交換を。。とお考えの方へ
LIXILのトイレをご紹介します

3月はトイレ
4月は洗面化粧台
リフォーム
キャンペーン開催

栗田家具
センター
Let's the KURITA Style.

便器

新品時のツルツルが
100年続く



トイレの汚れがつるんと落ちる。リング状の黒ずみや水アカがこびりつかない。



しっかり上がって隙間汚れを手を入れてラクにお掃除

先日LIXILさんのショールームに伺いました。近年のトイレの進化はどこメーカーさんも素晴らしく、私もLIXILさんの説明を受け、(2年前に交換したばかりですが)また交換したくなってしまいました(^.^)

栗田家具センター三島店内のリフォーム相談コーナーにもトイレを展示しています。ぜひ直接ご覧になってください。

ノズル

ノズル先端の交換



ノズル先端着脱
ノズルの先端を取外して簡単に交換♪



女性専用ノズル



女性専用「レディースノズル」LIXILではノズルが2本。おしり専用とは別にビデ専用ノズルを搭載。

節水



LIXILの超節水トイレシリーズなら従来品(1989~2001年販売品)と比べ

しっかりエコ



2日でおフロ1杯以上の

節水効果

冷凍庫にたまってしまいう保冷剤の再利用

保冷剤を、いつか使おうと思い、沢山冷凍庫にためていませんか？

保冷剤は主に水と吸水性ポリマーと言うもので出来ています。

ジェル状になると臭いの原因となる物質を取り込みます。今日は保冷剤以外の使い道をご紹介します(^.^)



アロマ芳香剤

用意するもの

- ❖ 保冷剤
- ❖ アロマオイルや香水
- ❖ 水彩絵の具
- ❖ 広口のガラス容器 や空き瓶
- ❖ お好みの飾りつけ

作り方は簡単

- 1、器に保冷剤の中身を出します。
- 2、保冷剤にお好みで絵の具で色を付けます。(色は付けなくてもOK)
- 3、アロマオイルor香水で香りをつけます。割り箸で混ぜる。
- 4、お好きな飾りつけをして出来上がり♪



保冷剤は食品ではないので、お子様の口などには入らないようにお気を付け下さい。

植物に

保冷剤の中身を鉢植えの土の上や、畑の土の上に撒くことで保水材になります。保水性ポリマーから水分が少しずつ土の中に溶けていくので、旅行などで水遣りが出来ない時に活躍します。※吸水性ポリマーはもちろん、微量に含まれている防腐剤も植物への害はないそうです。

生ごみを集めたゴミ箱の消臭

生ごみをビニール袋に入れて口を閉じても臭ってくる時があります。そんな時保冷剤の中身をちょこんと絞りに入れて臭い消しに。

※miidasu.comから参照

部屋もボディもすっきり！ 掃除で楽々、ダイエット作戦！

住まいの快適レポート

掃除は思った以上にカロリーを消費し、上手に活用すればダイエットに最適です。習慣づけて部屋もボディも磨きましょう。



掃除ダイエットの鉄則！

掃除もダイエットも続けることが大切。
一気に頑張るやろうと思わず、
月曜日はトイレ、火曜日は窓拭き……と計画を立てるとスムーズです。
毎日30分程度、音楽でも聴きながらテキパキ体を動かす。
無理をせず楽しく！これが掃除ダイエットを続けるコツです。



掃除機がけ

基礎代謝アップ！

掃除機を前方向にかけながら、片足の膝を90度に曲げ、後ろ足をしっかり伸ばします。後ろ足のかかどが床から浮かないように注意。体幹を鍛えて、筋力&基礎代謝アップ！



美ヒップラインを手に入れる！

両足をそろえて立ち、掃除機を前方向にかけながら、片足をまっすぐ上に持ち上げキープします。たるんだお尻をキュッと引き上げ、脚長効果も。



窓拭き

二の腕のたるみ解消！

腕を伸ばして、左右に大きく動かし二の腕を意識しながら窓拭き。二の腕がプルプルしたら効いている証拠です。また背筋を伸ばすので、背筋も鍛えられます。



目指せ、くびれ美人！

腕を左右に動かす際は、ウエストも意識してねじるように。また上から下に拭くときはスクワットの要領で行いましょう。下半身の引き締めにも有効です。



トイレ掃除

スリムな美脚へ！

かかとを上げて、つま先立ちでしゃがんだままいつもの掃除を。太もも、特にふくらはぎを鍛えることで、全身の血行もよくなり代謝アップ、むくみも解消。



床拭き

背中のでい肉を落とす！

床拭きは、昔ながらの雑巾掛けを。両膝をついて、片手で雑巾を前方向にすべらせ手と同じ側の足を後ろ方向に伸ばします。背中が丸まらないように気をつけましょう。



新じゃがとひき肉の甘辛炒め

そろそろ新じゃががスーパーに出始めるころですね(*^_^*)
今日は新じゃがの料理をご紹介します♪



※ゼクシーキッチンから引用

作り方

- 1 じゃがいもを皮のままよく洗って半分に切って500~600Wの電子レンジでラップをかけて3分位加熱する。(串が通るまで)キッチンペーパーで余分な水けを拭いておく
- 2 ボールに☆を入れて混ぜておく
- 3 フライパンに油をひき、中火で新じゃがを全体に焼く。
- 4 フライパンに豚ひき肉を入れてしっかりと炒めたら塩をふりじゃがいもと混ぜる
- 5 4にまぜた☆を加えて汁けがなくなるまで炒めて出来上がり♥

材料

新じゃが	小4個
豚ひき肉	50g
塩	少々
サラダ油	大さじ2
☆コチュジャン、酒、砂糖	小さじ2
☆みりん	大さじ1
☆醤油	大さじ1/2
☆片栗粉、おろしニンニク	小さじ1/2