

夏の健康対策!



胃腸のトラブル

夏は熱中症や脱水症状で体力が低下しやすい季節です。そして、食欲がなくなったり睡眠不足で体力が落ちて、免疫力も低下し胃腸をこわします。暑いと冷たいものや水ものばかり摂ってしまいがちですが、そうすると消化液が薄まり胃腸の働きを鈍らせます。消化・吸収力が落ちると、胃痛・腹痛・下痢と悪化してしまいます。暑い夏は水分補給はしっかりしないとダメですが、食事の前後は特に胃腸を冷やさないようにしましょう。

夏のおススメ食材

胃腸の働きを助ける食材
(発酵食品・生姜・山芋)



利尿作用のある食材
(ウリ科の野菜や苦みのある野菜)



サラサラ血液の為に!
(ミネラル・繊維質・DHAなど)



夏は血管が詰まりやすいそうです。暑さで汗をたくさんかくため、水分が不足して血液が粘度を増し、血栓ができやすくなります。睡眠中と起床後2時間までが特に詰まりやすいので就寝前と起床後はコップ1杯の水を飲みましょう。

MATSUDEN Eco Life News

2016/8月9月号
vol.63

— contents —

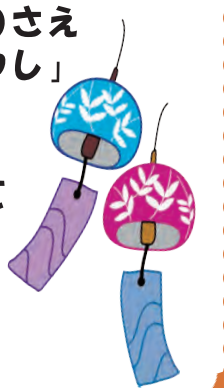
- 施工実績(水回り特集) ~before/after~
- 手作りアクセサリ natsu.BMの紹介
- 夏の健康対策! 胃腸のトラブル 夏のおススメ食材

夏の風物詩「風鈴」

夏の音といえば風鈴…子どもの頃は縁側には風鈴が吊るされていて、その音色を聴きながら夏を感じていたって人も多いと思いますが風鈴ってどんな効果があるかご存知ですか?今回は風鈴の効果を紹介いたします。

- ① 風鈴の音色を聴くと体温が下がる!
日本人の脳には知らず知らずの間に「風鈴の音」=「涼しい」という法則が出来上がっていて条件反射的に体温が下がるそうです!
- ② 癒し効果
風を受けた短冊が不規則なリズムの音として小川のせせらぎや小鳥のさえずりなどと同じ高周波音を出すことによって、多くの日本人が「癒やし」の音と感じるそうです。
- ③ 邪気を払う力
大昔には鈴というのは邪気を払い、風とともに功德を運ぶ法具としてもちいられていたのだそうです。

科学的にも風水的にも効果がある風鈴!普段は吊るさないという方も今年の夏はぜひとも風鈴を吊るしてみたいはいかがでしょうか?



・・・ショールーム相談会のご案内・・・

住まいづくり
ショールーム相談会

2016年9月3日(土) AM10:00~PM5:00
[会場] パナソニックセンター大阪 B1リビングフロア
グランフロント大阪南館B1



くらし快適!
エコライフフェア

2016年9月24日(土) AM10:00~PM5:00
[会場] ノーリツ大阪ショールーム
新大阪第一生命ビル1F



各会場とも新商品の展示やイベント・特典満載です!お気軽にご来場下さい。

株式会社
マツデン

〒574-0007 大東市北楠の里町 23 番 5 号

<http://matsuden235.jp>

☎ 0120-97-6686

業務内容
リフォーム工事 電気設備工事 スマート電化工事
太陽光発電設備工事 空調設備工事
テレビアンテナ設備工事 蓄電システム設備工事
ガス機器設置スペシャリスト店 セコム取次店
パナソニック エキスパート工事店 J:COM取次店
パナソニック リフォームわが家見なおし隊加盟店 ※各メーカー取扱

MD リフォーム

〒574-0007 大東市北楠の里町 21 番 14 号

施工実績

～before/after～

今回は水回り特集です！

システムキッチン「ホワイトを基調とした清潔感溢れる明るいキッチン」

パナソニック「Refoms/リフォーム」

- ・扉柄：RV30シリーズ鏡面 シェードホワイト柄
- ・カウンター：人造大理石カームベージュ
- ・フード：ほっとくリーンフード（上幕板は扉柄）
- ・加熱機器：IHクッキングヒーター（VJSV563SK）
- ・特徴：ソフトダウン・ウォールユニット
フルオープン食器洗い乾燥機

キッチンの入替えといっしょに
リビングのクロス貼替え
照明器具はダウンライトに
取替させていただきました！

お客様の声

とても明るいし、スッキリして
使い易くなりました！最初から
最後まで親切で感謝しています。



システムバス「在来工法からのリフォームでもぴったりサイズで広々」

タカラスタンダード「レラージュ」

- ・浴室パネル：ホーロークリーンパネル
- ・浴槽：アクリル人造大理石/高断熱浴槽
- ・床：タフロア（ハイグレード）
- ・換気機器：浴室暖房乾燥機
- ・特徴：耐震システムバス・パーフェクト保温
お手入れカンタン

冬場の入浴の温かさと快適さ
を実感していただける
お風呂のご提案を
させていただきました！

お客様の声

出来上がりは充分満足！
対応にソツがなく不安が
なかった。



全自動トイレ「タンクレスのトイレ・クロスや床にもこだわった一味違う自慢のトイレに！」

パナソニック「新型アラウーノ」

- ・素材：有機ガラス系新素材
- ・水流：スパイラル水流 泡洗浄
- ・おしっこ汚れをおさえる「トリプル汚れガード」
- ・汚れをためない「スキマレス設計」
- ・特徴：泡で受けとめて泡で洗う節水トイレ

手洗いは、お客様ご自身で
作られました。7口顔負け
の出来栄で驚きました。

お客様の声

泡で掃除が楽になるのがいい。
職人さんの仕事の丁寧さが
良かった。



ハンドメイド・アクセサリー natsu.BM

社長の奥さんが趣味でハンドメイドアクセサリーを作っています！
ネット販売もしていますのでアクセサリーに興味のある方は
マツテンにお問合せ下さいね！オーダーもOKなんですヨ♪
なにより一点物と言うのがいいですね！

