

## 夜の災害にも安心 こんなの出ました

NECがこの10月から売り出した照明器具「**グランクオリティ**」のご紹介です。

**Wの大光量** 昼白色でも昼光色でも使い分けでき、明るさを自在にコントロール。

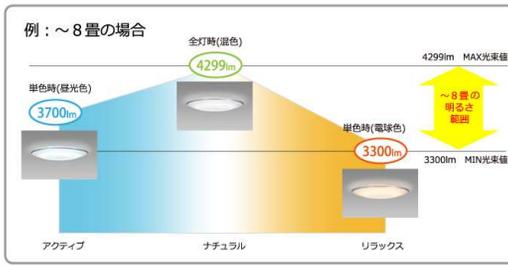
**Wの安心** いつもの安心でホタルック機能で照明を消したあとも真っ暗にならない。もしもの安心 感震センサ 震度4以上の揺れで点灯アラーム音が30秒流れます。夜間の地震でガラスの破損などがあると明かりがないと歩けません。そんな時もこれなら安心です。そしてさらに、停電時もホタルック機能が働き真っ暗になりません。

もちろん省エネのLED

気になるお値段は  
特別価格

8帖用で 26,000円  
12帖用で 32,000円

これほどの機能があつて  
このお値段です。  
LEDに交換をお考えの方  
**Wの安心**を是非ご検討  
下さい。



## 秋のコラム

ウォーキング続けてますよ!

平成26年7月25日ウォーキングする事を決意し  
2年超が過ぎました。

平成26年/539km 平成27年/1883km 平成28年/1266km  
現合計3688kmです日本1周は、約12,000kmと言われていまして  
約1/4だけ達成しています

今年の夏は、BBQのし過ぎ(食べ過ぎ)体重86kg  
6kgも太りました(ーー)!!

”健康であれば良いか?”を言い訳にしながら  
ダイエットにチャレンジしてません

食欲の秋だからです

ウォーキングをする様になって 3徳

- 1.腰痛が全く有りません
  - 2.血圧が下がりました
  - 3.ウォーキングをした後、体がスッキリします
- これからだんだん寒くなり早起きするのが苦痛になりますが  
健康の為日本1周目標とし頑張ります



## 洗面所をおしゃれに

生活感の出してしまう洗剤はおしゃれな容器を使って!

はしごを使う収納

縄を使ってタオル掛け

100均のBOXを使って

シンク下のデッドスペースはツッパリ棒ですっきり収納

すっきりしたら仕上げにグリーンを置いて!

## 恒例のトレッキング

イズハウスでは年に2回、春と秋にトレッキングに出掛けるイベントを行っております。

今回は10月22日土曜日に国上寺へ行ってまいりました。

お天気も良く、気温も最適で心地よく森林浴を満喫いたしました。また、来春計画いたしますので、時間が合えば参加したいと思われる方は是非ともお声掛けください。

トレッキングとは言っていますが、ハイキングレベルの山のみでの挑戦です。本気で登ってられる方には物足りないと思われるかもしれませんが、お散歩と思ってお参加願います。たくさんのご参加お待ちしております。



マイホーム工房



Is house

有限会社 イズハウス

〒950-0986 新潟市中央区神道寺南1丁目15番14号

TEL: 025-248-1234

Fax: 025-248-1230

E-mail: myhome@ishouse.jp

URL: http://ishouse.jp

樋口 康典 が伺いました。