

も く も く ね っ と

早いもので今年も残すところあと少しになりました。気温もぐっと低くなり、本格的な冬の寒さを感じます。

気温が下がり空気が乾燥するとウィルスの活動が活発になり、新型コロナウイルスもそうですが、インフルエンザやノロウイルスなど冬に多い感染症が流行ってくるので、より注意が必要になってきます。引き続き手洗いやうがいを丁寧に行っていきましょう。年末年始は友達や家族、親戚などと集まる機会も多いと思います。外出や来客などで生活リズムも乱れがちになってしまいます。元気に新年を迎えられるように体調管理には十分に気をつけましょう。



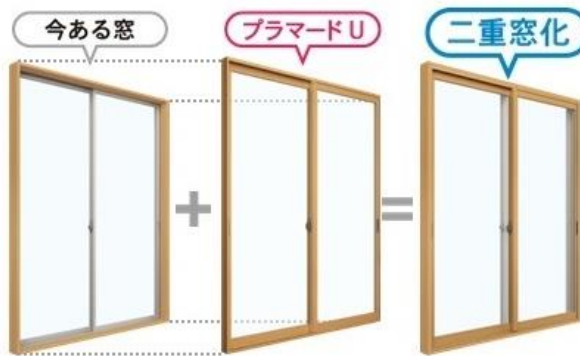
冬至にすること

12月21日

一年で最も日が短くなる冬至。運が付くとして「ん」のつく食べ物のカボチャ（なんきん）を食べます。昔は夏が旬のカボチャを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。この日にカボチャを食べると風邪をひかないと言われています。カボチャと小豆を煮た「いと煮」を食べる地方もあります。ゆず湯はゆずの強い香りで邪気を払うとされています。ゆずの成分が血行を促進し、身体を温めて風邪を予防します。

ゾクッくる寒い冬には「プラマードU」

樹脂製のプラマードUをつけて二重窓にすることで窓からの熱の出入りを抑え、住まいの断熱化を実現!!



窓は住まいの中で一番熱の出入りが大きい場所なので窓の断熱対策が重要です。少ないエネルギーで快適、電気代も節約になります。

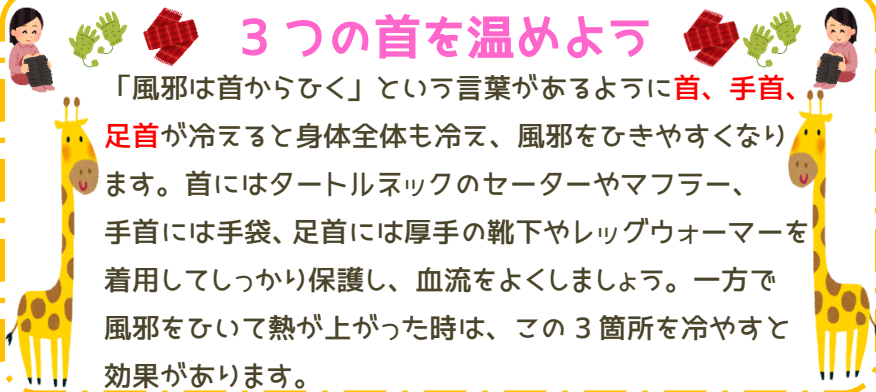
2021 年を気持ち良く迎えるために

歳神様は、玄関から訪れます。門扉や玄関までのアプローチ、玄関の外をきれいにしてお迎え入れる準備をしましょう。昔から、掃除をすると良いことがあるといわれていますが、その最たるものが大掃除であり、隅々まできれいにすると、歳神様がたくさんの福德を授けてくださるといわれています。



3つの首を温めよう

「風邪は首からひく」という言葉があるように首、手首、足首が冷えると身体全体も冷え、風邪をひきやすくなります。首にはタートルネックのセーターやマフラー、手首には手袋、足首には厚手の靴下やレッグウォーマーを着用してしっかり保護し、血流をよくしましょう。一方で風邪をひいて熱が上がった時は、この3箇所を冷やすと効果があります。



年末年始のお知らせ

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
27	28	29	30	31	01	02
03	04	05	06	07	08	09

12/30~1/5の間、お休みとさせていただきます。



コロナにオリンピックの延期と暗いニュースの多い2020年でしたが、来たる2021年は明るい年にしたいですね。2021年も弊社一同、皆様により一層、ご満足頂けるサービスを提供できますよう、努めていきたいと思っております。何とぞ変わらぬご愛顧を賜りますよう、お願い申し上げます。



有限会社渋谷木工所・MADO ショップ御殿場古沢店

御殿場市古沢 175 TEL70-9177 FAX70-9179 小山町菅沼 653-2 TEL76-4477 FAX76-1169

