

クサネンからのお知らせ 給湯器の品薄が続いています

「そろそろ給湯器の交換かな」とお考えのお客様へ

水が冷たく感じられる季節になりました。現在、エコキュート・ガス給湯器については、在庫の確保に努めておりますが、コロナ感染症や半導体不足等の影響により、全国的に品薄状態が続いております。お客様にお待ちいただくケースが増加していますので、故障する前に、早目のご検討をお願いいたします。

お客様専用ダイヤル 0120-118-932

自動音声でご案内いたします

※ダイヤル回線をご利用のお客様は電話機(またはFAX機)の「*ボタン」または「トーンボタン」または「PBボタン」を押した後に①または②のご希望のボタンを押してください。
※操作ができない場合は、ガイダンス終了後、そのままお待ちいただくと、自動でオペレーターにおつなぎいたします。

9800~19800

- ・ガス料金・お支払いについて
 - ・ガスの使用開始・使用中止について
 - ・ガスの保安点検の日程調整
 - ・灯油の配達について
- ガイダンス終了後 ①を押してください
- ・商品の販売に関するお問い合わせ
 - ・その他①以外のお問い合わせ
- ガイダンス終了後 ②を押してください

19:00以降はガス緊急時のみの受付となります

・ガス臭い・ガスが出ないなど ガイド終了後 ①を押してください
燃料のご注文・料金のお問合せに関しては翌日9:00~17:00にお掛け直してください。

出し入れいらず!! エアコン不要! 部屋全体が暖まる!

温水床暖房 ユカカラ暖房



ユカカラ暖房は、単に床を温めるだけの器具だけでなく、主暖房として床からの遠赤外線放射で部屋全体を暖める設備です。温風がないのでホコリが立たず、心地よい暖房。換気しても寒くならないので室内の換気対策にも最適です。

換気しても寒くならない!
遠赤外線 温水床暖房
高性能ブラックパネル

ユカカラ暖房 MUTE <ムート>

いまお住まいの床に貼るだけ!
フローリングも新しくなり
おすすめです!

上貼工法なら
温水パネル+フローリング代

1畳 53,900円税込
※部屋面積あたり
※施工費込み/専用熱源機別途必要

ガスでも電気でもOK 自由設計
耐久性 安全性・快適性

ショールームケーススタイル、LIXILリフォームショップで体験できます!!

お客様とクサネンをつなぐ暮らしのかけは誌

クサネン・ケーススタイル 掲示板

2022 2月号



VEGETABLE OIL INK
本誌は自然にやさしい
大豆インクを
使用しています。

発行:株式会社クサネン・K-style

おかげさまで
55周年
KUSANEN

健康・美容の大敵

温活生活で、冷え性を緩和!

手足が冷えて、なかなか寝付けない、冷え性で悩まされている方...にとっては
つらい冬。健康美の大敵である冷え性を緩和する温活を始めましょう。

冷え性の主な原因

- ・不規則な生活
- ・運動不足
- ・偏った食生活
- ・ストレス

冷え性が招くデメリット

- ・血液の流れやリンパのめぐりが停滞
- ・自律神経の乱れ
- ・新陳代謝や基礎代謝の低下

疲れやすい・肩こり
頭痛・顔のシワ・たるみ
くすみ・脚のむくみ
太りやすい

健康美へと導く、温活生活を実践!

体の中から温める食生活

体を温める食材を意識して、冷たい飲み物や食べ物はできるだけ避けましょう。中でも冷え対策に有効な栄養素・鉄分を積極的に摂るよう心がけて。

体を温める食材

- ニンジン、カボチャ、ゴボウ、鮭、キムチ、生姜

鉄分豊富な食材

- レバー、アサリ、カキ、鶏卵、がんもどき、納豆、小松菜

賢いお風呂の入り方

湯船に浸かることは冷え性改善の近道です。より体を温める入浴法を実践しましょう。

体が温まる入浴ポイント

- ・38℃~40℃で15分間じっくり浸かる。また温冷浴(湯船に3分浸かったら、30℃くらいのぬるま湯シャワーを足にかけて、再び湯船に。5回ほど繰り返す)もおすすめ。
- ・冷え性には、肩までしっかり浸かる全身浴で血流アップ。
- ・体や髪を洗う際は、洗面器に湯をはって、足湯を併用。
- ・冷え性改善に有効な炭酸ガスの入浴剤を使用。

運動習慣を身につける

デスクワークなど同じ姿勢は血流を悪くし、冷えにもつながる一要因に。日中のながら運動やストレッチを習慣づけましょう。全身を温めるには、体の中でもっとも筋肉量が多い部分である下半身を鍛えるのがおすすめです。

全身を温める下半身強化に、ブリッジエクササイズ

- 1 仰向けになり、足を揃えて両膝を立てて、かかとをお尻に近づけます。
- 2 ゆっくりとお尻をかかとを上げていき、数秒キープ。
- 3 お尻は上げたまま、かかとを床におろし、再びかかとを上げて5回ほど繰り返す。

郵便はがき

5 2 5 8 7 9 0

料金受取人払郵便

草津局
承認
2228

差出有効期間
2022年12月
31日まで
(切手不要)

株式会社クサネン
カスタマーセンター
行

滋賀県草津市青地町
138



ふりがな

お名前

ご住所 滋賀県

電話番号

年齢

ご意見やプレゼントの当選を掲載する場合
 エリアと姓のみ記載
 ペンネーム

1. 20歳代 2. 30歳代 3. 40歳代
4. 50歳代 5. 60歳代 6. 70歳以上

スタッフの
つぶやき



リビングライフ課
服部

おいしいものを食べ歩きすることが趣味のひとつですが、最近は外食の機会が減り、代わりにWEBでのお取り寄せをよく利用しています。大学時代によく食べた「横浜家系ラーメン」が気に入っています。お店の味にはかないませんが、豚骨醤油味が濃厚でとてもおいしく、懐かしいです。(服部)

社の男性陣で、お昼ごはんは自分の手作り弁当を持参するのが流行っています。私もそれを見て触発され健康のためと思い、前晩にネットのレシピを見ながらお弁当を作っています。ただ問題なのは、ふつう食費の節約になるはずが、あれもこれもと自分の好きな材料を買ってしまうため、月の小遣い全部を使い果たしてしまうこと。健康のためとはいえ、少々高いお弁当になっています。(川尻)

コロナが落ち着いた時期に、家族で神戸市立王子動物園へ行きました。私も子どもの頃に両親に連れてもらったのですが、親になり娘の手を引いて回る動物園はまた違って、新鮮に感じました。1歳9ヶ月の娘は、見る動物すべてが初めてで不思議そうな顔で眺めていましたが、キリンには大興奮。身長80cmから体長約5mのキリンはどんなふうに見えるのでしょうか。(齊脇)

かんてんeショップ 関電ガス サポートショップ

株式会社クサネン 0120-118-932

https://www.kusanen.com/ 検索 525-0041 滋賀県草津市青地町138番地



ショールーム「ケーススタイル」
ガス機器・オール電化機器
草津市東草津一丁目3-40
TEL 077-561-0555
定休日/水曜日



1級建築士事務所
LIXIL リフォームショップ
クサネン
栗東市安養寺八丁目7-26
TEL 077-552-5577
定休日/月曜日・祝日・第2日曜日



ENEOS ウイング湖南
カーライフステーション
[KeyCar] プロショップコーティング技術認定店
栗東市小柿五丁目11-10
TEL 077-551-0450

住まいのお困りごと・快適な暮らしのサポートは、クサネンへお気軽にお問い合わせください。最新情報はホームページでもご案内しています。
ホームページ <https://www.kusanen.com/> Eメール info@kusanen.com

今月の Re+フォーム

クサネのリフォームで快適プラス!

介護保険を使って築50年以上の家をリフォーム

80歳代のご主人様が、夜トイレに行くとき転倒したことをきっかけに「介護保険を使ってのリフォームをしたい」「トイレへ行く途中の土間を廊下にリフォームしたい」とご相談いただきました。

DATA 大津市 Y様邸

築年数	約50年
住宅タイプ	一戸建て
施主様	80歳代
リフォーム箇所	浴室・洗面・トイレ 土間・バリアフリー
工期	3週間
参考価格	315万円

お風呂



段差が大きく、2方向に大きなガラス窓があるタイルのお風呂。「入り口の段差を解消し、浴室内に手すりを設置したい」とご要望でした。



LIXIL アライズ 1317サイズ

浴室のサイズはリフォーム前の大きさをご希望でしたので、同サイズのシステムバスにリフォーム。横長の手すりは、正面カウンター上のスマートエスコートバー・洗い場横・浴槽横に、また縦長の手すりを、浴室の入り口・シャワーバー（手すり兼用）と合計5本設置。より安全に入浴できます。入口ドアは新しい引き戸に付け替え、また敷居の大きな段差もなくなることができました。

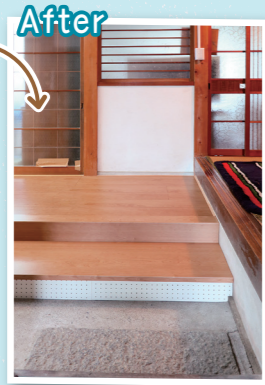
通用口・廊下



築50年以上が経過した昔ながらの家で、広い土間があり、段差も多くありました。



通用口を開けて90cmは土間を残し、そこから先には床組みをして廊下へ。廊下をリビングの床の高さに合わせると段差が大きいため、2段の階段状入口にしています。



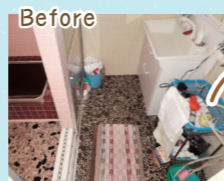
詳しくはこちら！
リフォーム事例公開中
LIXILリフォームショップ クサネホームページ

今回は、Y様担当のケアマネージャーさんと打ち合わせを重ね、ガラッと替えることは難しいとのこと意見をいただき、なるべくリフォーム前と近い中で、使い勝手は良くなるようにリフォームを行いました。

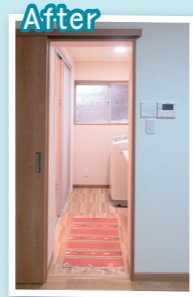


プランナー 高間

洗面



外にある洗濯機を洗面所に置けるようにしたい。段差をなくしたい。



洗面台は少し前に交換されたので再利用して手前に設置し、洗濯機は奥に配置しています。また洗面所へ入る扉が狭かったため幅を広げ、重たかった下レールの引き戸は、上吊りレールものを選ぶことで軽くしています。洗面所内が透けることのないよう木製ドアにして、ご家族にも配慮しています。段差は廊下～洗面所～お風呂と段差を解消しています。



洗面台は少し前に交換されたので再利用して手前に設置し、洗濯機は奥に配置しています。また洗面所へ入る扉が狭かったため幅を広げ、重たかった下レールの引き戸は、上吊りレールものを選ぶことで軽くしています。洗面所内が透けることのないよう木製ドアにして、ご家族にも配慮しています。段差は廊下～洗面所～お風呂と段差を解消しています。

暮らしのお役立ち情報

「豆乳ガトーショコラ」

洋菓子定番のガトーショコラ。バターや生クリームを使わず、豆乳と菜種油でヘルシーに焼き上げます。

材料

<チョコレート生地>		<メレンゲ>	
ビターチョコレート	100g	卵白	3個分
菜種油(サラダ油)	50g	砂糖	60g
卵黄	3個分	<飾り>	
豆乳	50ml	粉糖	少々
ココア	40g		

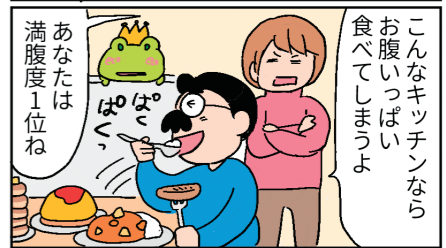
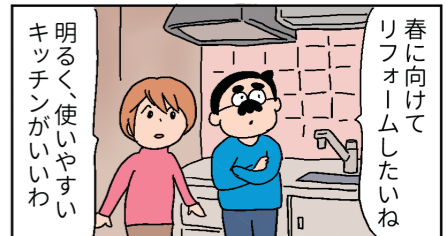
- 作り方
- 1 ポウルに刻んだチョコレートと菜種油を入れ、約50℃の湯せんにかけてチョコレートを溶かす。チョコレートが溶けたら湯せんを外す。
 - 2 卵黄を1個ずつ加え、その都度よく混ぜる。豆乳→ココアの順に加え、粉気がなくなるまでしっかり混ぜる。
 - 3 メレンゲを作る。別のポウルに卵白を入れて、ハンドミキサーの低速でほぐし、泡だつた所に
 - 4 チョコレート生地のポウルにメレンゲを3回に分けて加える。1・2回目は泡だて器でしっかりと、3回目はゴムベラに持ち替え、さっくり混ぜる。
 - 5 型に流し入れ、オープンで焼く。

砂糖を3回に分けて入れて、角がしっかり立ったメレンゲに。

電気 (170℃) ガス (160℃) 30分～35分



奥様サポーター 小島



クサネクイズ

問題 下の○に入る言葉を答えてネ!
今月号のリフォーム施工事例は、
○○保険を使って築50年以上の家をリフォームしました。
ヒント 今月号の Re+フォーム をみてね!

応募方法 右記の応募ハガキで、クイズ・質問にお答えいただいた方の中から、抽選で5名様にQuoカードをプレゼントいたします。
応募締め切り 2022年3月10日 必着まで

★12月号の答えは ③断熱リフォーム でした。
《Quoカード当選者》 大津市 志賀さま/草津市 中川さま/草津市 中村さま
守山市 高野さま/栗東市 森川さま

お客様の声をお聞かせください
右のハガキは、切手は不要ですので、弊社に対するご意見やご要望などもお気軽にお寄せください。ご意見は匿名でご紹介させていただくこともございます。※ご回答内容につきましては、弊社商品開発の参考以外に使用することはありません。また、個人情報の保護には万全を期すこととお約束いたします。

「クサネン・ケーススタイル掲示板」 2022年2月号

クサネンクイズの答え

こたえは ○ ○ 保険

アンケートにご協力お願いします
Q1. 住まいのリフォームをお考えですか?
 考えている 考えていない わからない
Q2. (Q1で考えているとお答えの方へ)
リフォームをしようと思ったきっかけは何ですか?(複数回答可)
 老朽化 快適性・使い勝手向上 家族構成の変化
 エコ・省エネ・電気代削減 キレイにしたい
 その他()

ご意見・ご感想 メッセージなど、ご自由にお書きください。