

10月イベント情報

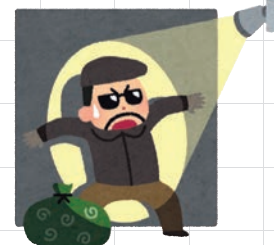
★10/1(土)~10/31(月)

アトムチェーン
~防災・防犯点検強化月間~
ご不安なことがあれば、ぜひご相談ください
~秋のリフォームフェア~

お家のお困りごとを解決します♪

★10/10(月)スポーツの日

1964年10月10日に東京オリンピックの開会式が行われたことを記念して1966年に国民の祝日として制定されました。昨年は『東京2020オリンピック』の開会式に合わせて7月23日に移動していたので2年ぶりに10月に戻ってきました。



アトムでんきだより

2022年
10月号



10月

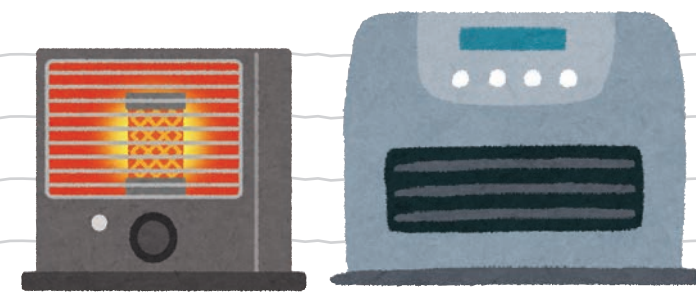


日増しに秋の深まりを感じる季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか?さて、本日アトムでんきだより10月号と一押し家電情報満載の特選品



カタログをWEB掲載しました。ご一読いただければ幸いです。

今月は“元気応援!秋祭”と銘打ち、食欲の秋をより楽しいものにしてくれる「最新調理家電」、あったかで快適な暮らしを提供する「暖房製品」、秋の夜長を満喫できる「デジタル家電」など、この季節にピッタリな家電製品をたくさんご用意して皆様の快適な生活を応援させていただきます。また皆様、この時期にこれまで活躍してくれた扇風機などの夏物家電をしまっておき、暖房製品を出される事と思います。その際にはご使用される前にホコリが付着していないか、異音や異臭がしないかなど、しっかりと点検されてから使用される事をおススメします。特にご注意くださいなのが灯油です。もしも越年してしまった灯油が残っていても紫外線などによって変質している可能性があり、故障の原因となりますので石油ファンヒーターや石油ストーブに使用されることは安全の面からも控えていただきますようお願いいたします。もし不具合や心配事がございましたらお気軽に当店までお知らせください。合わせて10月10日は「転倒予防の日」になっています。転倒事故は屋外だけでなく屋内でも発生します。詳しくは中面をご参照ください。アトムチェーンでは家電製品の販売だけではなく、トイレや浴室など、気になる箇所への手すりの取付けなどのリフォームサービスも行っていますのでお気軽にお声がけください。安心と快適をお届けするアトムチェーンをよろしくお願いたします。



今月の逸品

ZOJIRUSHI 電気ケトル



1.2L CV-VA12
1.5L CV-VA15

同封の特選品カタログ14ページ及びメーカーWEBサイトもご覧ください。



早く沸く!

満水時沸とう時間

12サイズ 約6分

15サイズ 約7分

※カップ1杯(140mL)≒約60秒
(室温23℃・水温23℃・定格消費電力)

「6つの安全設計」でご年配の方も安心してご利用いただけます!



清潔機能

注ぎ口ほこりブロック
ロックボタンと連動して注ぎ口が開閉するためほこりなどが入りにくい構造です。



アトム電器は
安全・快適・スマートな暮らしの
サポーターを目指します!



暮らしの
ワンポイント
情報

電気暖房でも 火の用心



燃料を使わないから安全...その考えちょっと待った!
電気ストーブ、電気こたつにも火災のリスクは潜んでいます。



布製品への燃え移りに注意しましょう。

洗濯物の乾燥に 使用しない

落下などによる接触のほか、
電気ストーブの放射熱でも出
火の危険性があります。
ストーブに洗濯物を
掛けるのも危険です。

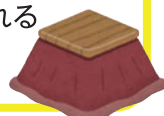


就寝時に使用し 気付かぬうちに...

布団が電気ストーブに接触す
るおそれがあります。寝返り
等、睡眠中は自分の行動に制
御が効かず、何が起こるか分
かりません。使用は避けるよ
うにしましょう。

こたつの中も 注意しましょう

電気こたつと座椅子を併用する
際、座椅子を入れたことでこた
つと座椅子が接触し、出火した
ケースがあります。衣類や座布
団をこたつの中に入れる
のも同様に危険です。



脂質が気になる方へ! 今日のヘルシーレシピ!

かぶと鮭のクリームシチュー

季節の食材 かぶ

かぶは晩秋から冬にかけて旬で、これから寒くなると甘みが増しおいしくなる野菜の一つです。かぶ(根)は100g当り21kcalとエネルギーが低く、葉にはβ-カロテン、ビタミンC、Kのほかに根の2倍の食物繊維が含まれます。マゼるだけ新鮮なものを購入し、葉も料理に生かしたいものです。小かぶは軟らかく、酢の物や浅漬け、汁物、煮物などに向きます。かぶは大きくなると皮に繊維があるので厚めにむいて調理しましょう。

作り方

- 1 かぶは4等分に切る。玉ねぎは薄切りにする。
- 2 鮭は食べやすく切り、塩、こしょうをふる。
- 3 鍋にサラダ油を熱して玉ねぎを炒め、かぶ、鮭、白ワインを加えて1~2分蒸し煮にする。
- 4 水と固形スープの素を加えてさらに煮て、かぶと鮭に火が通ったら取り出す。
- 5 煮汁に牛乳と豆乳を加えてかぶと鮭を戻して中火で煮込み、水溶きかたくり粉でとろみをつける。
- 6 器に盛りつける。

エネルギー / 232kcal
コレステロール / 36mg
食物繊維 / 1.3g

材料(1人分)

・かぶ.....小1個(40g)	・水.....1/2カップ(100g)
・玉ねぎ.....1/4個(40g)	・固形スープの素.....1/2個(1g)
・鮭.....1/2切れ(50g)	・牛乳...50g ・豆乳(無調整)...50g
・塩.....ミニスプーン1/3(0.3g)	・サラダ油.....小さじ1(4g)
・こしょう.....適宜	・かたくり粉.....小さじ1(3g)
・白ワイン.....1/4カップ(50g)	・水.....小さじ2弱(9g)

出典:オムロンヘルスケア株式会社様ウェブサイト「ヘルシーメニュー」

(てん) (とう) 10月10日は「転倒予防の日」

高齢者の転倒事故に注意しましょう。

危ない

転倒事故の約半数が
住み慣れた自宅で発生しています!



骨折の場合、
要入院が
約76%にも。

【主な事故事例】

〈事例1/浴室で滑った〉(70歳代女性、即日治療完了)

自宅にて、入浴中に足を滑らせて転倒した。バスタブで左脇腹を打撲し、痛みが強いため受診。

〈事例2/階段でぐらついて〉(70歳代女性、要通院・軽症)

階段を降りている際に足首をひねり、そのまま2,3段降りたところバランスを崩して左側の手すりに頭部を打撲。出血が多く、緊急搬送された。

〈事例3/段差で転倒〉(70歳代女性、要入院・中等症)

自宅内の廊下からガレージに、20cmほどの段差を降りようとした際に転倒して左手をつき、左手首を骨折。X線検査後、入院して手術を行った。

事故防止のアドバイス

自分に合った 適度な運動

転倒の原因は加齢により筋力が衰えるからと
考えられています。
日頃からこまめに
身体を動かして
機能の低下を
防ぎましょう。



浴室や階段に 手すりを設置

滑りやすい所や、段差、
立ち上がる所に手すりを
設置しましょう。
足元を照らすランプも
あれば効果的です。



段差解消 スロープを設置

段差のあるところには
スロープを設置しましょう。
転倒しにくい環境作りで
原因の元となる段差を
減らしましょう。



おうちのリフォームなら!

アトムにお任せ!!



手すりなどの設置はもちろん、
トイレやお風呂場のリフォームも承ります!
なんでもお気軽にご相談下さい。

