

# 服と暮らし

クリーニングの紺新  
魚沼市堀之内 4093  
TEL\*025-794-2170



季節のお手入れや豆知識をまとめた、ニュースレター

## 今こそ、おうち時間を楽しもう!



緊急事態宣言が出たことによって、外出がままならない日々が続いています。ストレスが溜まっているという方も多いのではないのでしょうか。いつもの生活リズムが乱れ、疲れて気持ちがギスギスしてしまうことも。終わりが見えないことに向き合っていくのは本当に大変だな…と感じます。でも、マイナスの感情ばかりを抱いていると、体調まで崩してしまうことになりかねません。少しでも気持ちを切り替えて“おうち時間”を楽しんでみませんか？出かけられない今だからこそ、時間はたくさんあります。やりたくてもできなかったことや、挑戦してみたかったことに取り組むチャンスです！



### 太陽を浴びて外ごはん

晴れた日は、外でごはんを食べてみませんか。お庭やベランダの小さなスペースでも、太陽を浴びて風を感じたら、気分転換になります。いつものごはんが何倍もおいしく感じられること、間違いなし！魚沼の文化である“もつ焼き”も、ストレス発散にはもってこいです。大勢で集まることのできない今、オンライン飲み会ならぬ、オンラインもつ焼きが流行るかも～！



### おうちの中の整理整頓を

物置や納戸、クローゼットの中の不要なものを整理してみても？家族が揃う今だから、みんなで手分けして作業効率アップ！衣類を整理してみると、ずっと着ていなかったものが今年の流行デザインだったりすることも。おうちの中のお宝を発掘してみましよう！懐かしいものが見つかって、思い出話に花が咲くかもしれませんね！



### 気になるところを徹底掃除

お風呂場のカビやキッチンの換気扇など、日ごろ掃除が後回しになってしまいがちなところを、この際ピカピカに！掃除は意外と体力が必要なもの。運動不足の解消にも役立つかも。休校中のお子さんと一緒に窓ふき競争や雑巾がけレースをするのもよし！ゲーム感覚で楽しみながら家事を教えることができ、一石二鳥です。



### 家庭菜園に挑戦

野菜作りにチャレンジするのもいいかもしれません。畑をすてにお持ちの方は、育てたことのないものを植えてみては？初心者さんは、かんたんなプランター菜園でも◎どちらも収穫が楽しみになるはずですよ。ちなみに私は、玄関脇の小さなプランターに、トマトとスナップエンドウを植えてみました。毎日の水やりと、少しずつ成長する様子を見て楽しんでいます。

### 営業案内 (赤い日はお休みです)

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



会いたい人に会い、行きたいところに行く、大切な人と一緒に過ごす、そんな可貴ない日々が、いかに尊いことだったのかと改めて感じる毎日です。安心して暮らせる日常が1日も早く戻ってくることを心の底から願ひ、今は静かに待ちますしかありません。疫病封じの女神怪といわれる【アマビエ】です→お守りがわりにどうぞ。



イラスト/林あゆみ

現在、新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮しながら、通常通り営業しています。お客さまには、来店時のマスクの着用と入店時の手指消毒のご協力をお願いしております。みなさまに安心してご利用いただくため、そして私たちが安全に仕事を続けていくため、ご理解いただけましたら幸いです。

OPEN\*8:00-CLOSE\*19:00

※お休みや営業時間は変更になることがあります