

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



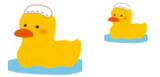
---半身浴---

入浴前にコップ 1 杯の水を飲み、38~40℃に設定した湯船に胸の下辺りまで浸かります。浴室内にペットボトルや水筒を持ち込み、こまめに水分補給をしながら 20~30 分程度を目安に。食後すぐや、体調の悪い時は避けましょう。

梅雨を上手に乗り切ろう!



雨があまり降らない梅雨ですね。真夏のように暑くなったかと思えば、半袖では肌寒いくらいの日も。気温の変化が激しくて、体に不調が表れやすい時期でもあります。適度な運動、質の高い睡眠、バランスの良い食事など、ほんの少し意識してみましょう。わが家では、半身浴がブーム！毎年夏はシャワーだけで済ませることが多かったのですが、エアコンや冷たい飲み物で冷えた体をしっかり温めて血行をよくすることで、今年は疲れにくくなったように感じています。むくみが取れてスッキリ！リラックスできてぐっすり眠れるなど、メリットをたくさん感じることが出来ます。お肌のケアやストレッチをしながら、のんびりできる至福の時間。みなさんも、生活の中に半身浴を取り入れてみてはいかがでしょうか？



サステナブルな暮らし方って？

最近よく耳にするようになった、“サステナブル”“サスティナビリティ”という言葉。「サステナブル＝持続可能性」わかりやすく言うと、環境や資源を大切に次世代へ繋いでいく、というような意味合いです。少しずつ浸透してきた言葉ですが、新型コロナウイルスの影響により世の中の状況が大きく変わったことで、ますます注目度が上がっているようです。

SUSTAINABLE GOALS
世界を築くための17の目標



私たちの暮らしの中にも“サステナブルな取り組み”がたくさんあります。

節電・節水といった、エネルギー資源の節約。廃棄(フードロス)を出さないように計画的に食品を購入すること。タンブラーや水筒を持参し、ペットボトル飲料の購入回数を減らすこと。使えるものを直して使うこと。リサイクルできるものを購入すること。こうして書いてみると、すでに多くの方が実践されている内容ばかり。ここ数年、洋服などのお直し依頼がとても多くなっているのを感じています。気に入った洋服を修繕したり、形を変えたりしながら、ながく大切に着ていく。これも、サステナブルな暮らし方のひとつと言えます。地球を守るための、ちいさな一歩。このような取り組みが少しずつ広がっていくといいですね。

-お知らせ- 7月より、クリーニング品お引き取り時のサービスバッグを有料(1枚5円)とさせていただきます

営業案内 (赤い日はお休みです)

7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	

汗×紫外線＝変色の法則



汗には、染料を分解させる成分が含まれていて、紫外線は、染料が生地に着色する力を低下させる働きを持っています。どちらか一方が原因となる変色もありますが、条件が重なった場合には著しい変色が発生することがあります(複合変色)。特に黒・紺・カーキなどの綿や麻素材は影響を受けやすいです。屋外で長時間過ごす予定の日には、このことを頭に入れて洋服選びをしてみてください。また、汗をたっぷりかいた日は、早めのお洗濯で洋服の変色を防ぎましょう!



お直しの仕上がりは、受付から2週間となります。1週間以内の仕上がりをご希望の場合、お直しの内容によって特急料金がかかるものがあります。詳しくはスタッフにお尋ねください。



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