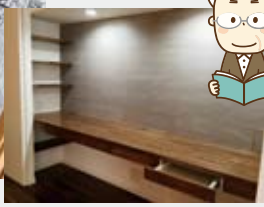




### 私だけのオンライン部屋



家の中をよく見ると、リビングの奥、階段下、クローゼットの脇などデッドスペースがあります。棚板を設置してお気に入りの壁紙を貼れば…あっといふ間に書斎や勉強スペースに早変わり！パソコンを設置してオンライン〇〇もバッチリ！



# 私らしく暮らす

## 新しい生活様式

新しい生活様式が発表され、私たちの生活の変化とともに住まいも変化していきます。いつでも前向きに楽しく自分らしく！ぐっとリフォームからご提案です♪

### 並んで食べるの楽しい！



キッチンにカウンターを設置。子どものおやつや朝食など、簡単な食事は横並びで。普段は宿題スペースや調理台としても使えますね♪



### セカンドリビング



ウッドデッキはリビングとつなげてセカンドリビングに！テントを張れば流行りのペランピング♪



### 置き配も安心 宅配BOX



宅配BOXを設置すると、安心して荷物を受け取ることができますね。

### ホームジムで今日も元気！



和室→洋室に変えてホームジムを！床材を選べば下階にも響きにくくなりますよ。筋トレやヨガで運動不足を解消！

### 二重窓で音も気にならない！



自宅にいる機会が増えると、意外と気になるのが「音」。二重窓の防音効果でオンライン〇〇の声や外からの音も軽減することができます。

#### 新しい生活様式の例

- 基本対策** 人との間隔はできるだけ2m マスクを着用しよう 帰宅後すぐに手洗い
- 食事** 大皿は避け、横並びで座ろう
- 生活** 体温測定、健康チェック3密（密集、密接、密閉）を避けよう
- 買い物** 少人数で空いた時間に素早く 通販や電子決済も使おう
- 娯楽スポーツ** 遠くに離れた家族や友達とオンライン動画を活用して自宅をジムに
- 公共交通機関** 会話は控え、混んだ時間帯は避けよう
- 働き方** テレワークやオンライン会議を使おう

政府・専門家会議の資料から抜粋

### ご紹介！

#### 健康サポート ウエサカ薬局 さん

地域の皆さんの健康を守り続けて35年ウエサカ薬局さんをご紹介します♪ウエサカ薬局さんは、院外の調剤薬局としてお薬を渡すだけでなく、日常のちょっとした健康や薬に関するお悩みの相談にも乗ってくれる「健康サポート薬局」です。



今回おじゃました大和田店さんは耳鼻科医院の隣にあり、1200品目以上の医薬品を取り揃えています。自治医大や赤十字病院など、あらゆる病院の処方箋を受け付けています。



また地域の活動として、2ヶ月に1度「健康講座」を開催。毎回10数名の方がご参加されるそうです(写真左)。

子どもたちの「おくすりやさん体験」は、お菓子を薬にみたくて調剤薬局の体験をしたり、保護者の方をお客様として接客したりと、人気のイベントとなっています。

ほかにも、学校薬剤師として地元の高校で「薬物乱用防止教室」の講師を務めたり、専門の講師をお招きして「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

講座やイベントはどなたでも参加できます。1ヶ月前に店頭ポスターやチラシなどでご案内するので、ぜひチェックしてみてくださいね。



048-685-4003  
見沼区大和田町1-959-7  
月～土 9:00～18:00 (日祝定休)  
(水～17:00/土～13:00)

#### ソーシャルディスタンス 安心安全への取り組み

ぐっとリフォームでは、お客様が安心して工事をご依頼できるように、現場に立ち入る全スタッフ・全協力業者が以下の取り組みを実施しています。

- マスクの着用
- 入場時の除菌・消毒
- 作業時の換気
- 検温・健康調査

店舗では、消毒液の設置、換気を行っています。(ご来店される方にはマスクの着用をお願いしています。)

お客様にはご不便をおかけすることもあるかと思いますが、何卒ご理解とご協力を宜しくお願い致します。



リモートでの無料相談も始めました。使い慣れたLINEで気軽に聞けると好評です♪

#### 簡単3ステップ！

- ①LINEのお友達登録
- ②聞きたいことをLINEで送信
- ③ぐっとスタッフが丁寧にお答え



「こんにちは！ぐっとリフォームです。」

当社は東大宮7丁目(くら寿司さん横)にあるリフォーム店です。得意分野はママプランナーのリフォーム。住まいの全面リフォームから、気軽にできるプチデザインリフォーム、どこに頼んでもいいかわからない小工事まで手掛けています。工事は自社施工。お気軽にお問い合わせください。

10万円以上の工事ご契約で  
総合計金額より  
**5000円OFF**

有効期限 R2.7月末

ちよっとリフォーム  
出張費 **3千円** 無料券

有効期限 R2.7月末

ちよっとリフォーム  
網戸張替え **1まい** 無料券

有効期限 R2.7月末

このチケットをご提示された、おひと家族様1回限り有効。

このチケットをご提示された、おひと家族様1回限り有効。

このチケットをご提示された、おひと家族様1回限り有効。