

*PanasonicリフォームClubは、独立・自営の会社が運営しています。*工事請負契約は、お客様とPanasonicリフォームClub運営会社との間で行われます。

(株)イッシン リファイン おおがき

お問い合わせ先 〒503-0917 大垣市神田町1-76
フリーダイヤル **0120-361-198**

設備でできるライフハック! みんなで楽しくクッキング

トレンドキーワード

「ライフハック」

暮らしの質や仕事の効率を
上げるためのアイデアや
テクニック。

終わりがなくて大変な家事。ライフハックを駆使して、いかに簡単に効率よくするかが腕の見せ所!でも設備に任せるのもアリですよ。家族とシェアすれば、もっとラクで楽しく!

囲めるキッチン&おまかせ設備で 料理を分担しやすく!

ライフハック
揚げ油に菜箸を入れて
大きめの泡が出たら
揚げる適温!
IHクッキング
ヒーターなら、最適な
温度・タイミングで
料理をサポート。

ライフハック
料理を
ワンプレートにすれば
洗い物が減らせる!
食洗機があれば
汚手な洗い物も
1人でもっとラクに。

ライフハック
お刺身は表面だけ
凍らせた「微冷凍」だと
潰れにくく切りやすい!
封蓋式なら
作業スペースが広く
サッと手洗いやすい。

ライフハック
三角コーナーを
なくせばシンクを
広々使える!
3方向から使えれば
みんなで同時に
作業しやすく、
より手際よく。



囲炉裏のように囲んで
料理をみんなで楽しく。
Irori Dining

コンロ下がオープンなので、ダイニングテーブルのように座って食事ができます。料理に参加したり、作りながら食べたりと、楽しみが広がります。



ほかにも、家族みんなで使いやすい
プランがたくさん!



PanasonicリフォームClub
おかげさまで
40周年

まずは、ご検討いただけるような
資料をお届けいたします。

資料請求・お問い合わせは当ショップまで




リフォームで解決! あなたの街の Panasonic リフォーム Club におまかせください。

いつもありがとうございます。

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

いつも「リファインおおがき住まいるマガジン」をご覧いただきありがとうございます。今年も毎月皆様のお役に立つ情報をお伝えして参りますので宜しくお願ひ致します。今回は「パナソニック岐阜地区の特別企画」(1月～3月末)で対象のキッチンやバスルームをお見積り・ご成約くださった方への素敵な特典があります。詳細は同封のチラシをご覧ください。この機会にぜひ!!

■ PanasonicリフォームClub 
リファインおおがき (株)イッシン

〒503-0917 大垣市神田町1丁目76



0120-361-198

TEL : 0584-82-3611

FAX : 0584-82-3633



■ PanasonicリフォームClub

ヘルス&ケア

笑顔で走る「スロージョギング」

スロージョギングとは、一般的なジョギングよりも体への負担を抑えながら、より効果的にエネルギーを消費するジョギングのことです。

この走り方は、福岡大学のスポーツ科学部で長年研究され、現在では「日本スロージョギング協会」が普及活動を行っています。ジョギングより遅く、歩くより速く走りますが、例えば「**笑顔で**」走れる、または、隣の人と「**話しをしながら**」走れるようなスピードがちょうどよいとされています。

スローとはいえ足腰の筋肉はしっかり使うので、エネルギー消費量はウォーキングの2倍と言われています。最初は1日数分程度から始め、慣れてきたら**1日30分・週2~3回**程度行うのが理想的だそうです。

