

今月は、なぞなぞになります！

魚たちが車でレースをしました。
トップは鯛選手！！
しかし、ライバルがわざと
ぶつかってきて、負けてしまいました。
さて、ぶつかって来た魚は何で
しょう？



<https://hisasuke.com/ronriquiz-easy/>

正解の方（抽選3名）に粗品をプレゼント！
ご応募お待ちしております

7月号の回答は

月曜日：雨	木曜日：雨
火曜日：晴れ	金曜日：晴
水曜日：くもり	でした。

【応募方法】

FAX : 0853-22-8064 日下まで
メール : kusaka_hitomi@stic.co.jp
締切 : 2026年9月15日まで

※応募者の連絡先情報は、当選した方への
賞品発送の為に利用致します。
応募者の同意なしに第三者へ提供すること
はありません

Start &
Try Integration
Company

私たちは「夢」と「暮らし」を
繋ぐコーディネーターです



株式会社
STIC エスディック

〒693-0006 出雲市白枝町607-6

Tel : 0853-22-8140 Fax : 0853-22-8064

 <https://www.stic.co.jp>

2026

毎日暑い日が続きますね…

寝るときはエアコンをタイマー設定する方も多いと思いますが、ここ最近ではエアコンをつけたままで眠ることが推奨されています。

例えば、設定温度を25度と低めにして、長袖長ズボンのパジャマで眠るとか、薄着ならエアコンの温度を高めに設定するなど、ご自身の体調にあった方法をご利用下さい。しっかり眠って 暑さに負けない体を作りましょう。

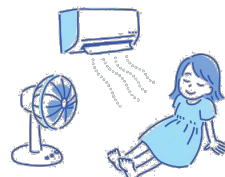
8月

さて、今月は

「今すぐできる！カンタン暑さ対策」についてご案内致します！

POINT 1 エアコンの温度は下げずに「風」を回すのが正解！

エアコンの設定温度は1℃上げる事で約10%の節電になります。暑い中1℃上げるのは躊躇するかもしれませんが、しかし、扇風機やサーキュレータを併用すると体感温度が下がって涼しく感じられます。冷えず防止や電気代の節約にもなりますね！



POINT 2 ハンディファンは「狙い」がポイント

今や当たり前前に利用されているハンディファンですが、効率よく冷やすにはコツがあります！顔だけでなく、首元や脇の下に風をあてると太い血管が冷えるので一気に涼しくなります。また、濡らしたタオルを併用するのも効果あります！ただ、35℃以上の猛暑日は 風が熱風になるので注意してください



おすすめ商品



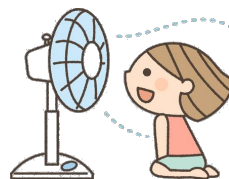
山善 DCモーターリビング扇風機 RLX-CP030

USB Type-Cによる給電仕様。モバイルバッテリーからも給電可能なためコンセントがない場所や届かない場所でも活用できます。



サンワサプライ 大風量ハンディファン 400-TOYO49BL

安全で長持ちな半固体電池を採用したハンディファンです。風量は20%～100%までの5段階調整。MAXだとドライヤーより少し弱いぐらいの最大風速6m/sの大風量。ネックストラップが付属にありますのでハンズフリーで持ち運びもできます。



エスティックでは 省エネ性能に優れたエアコンから 高機能なDCモーター扇風機、人気のハンディファンまで豊富に取り揃えております
ぜひ ご連絡下さい。

旬レシピ

豚バラとゴーヤのみそ炒め

【材料】2人分	
豚バラ肉（薄切り）	150g
ゴーヤ	1本
〇しょうゆ	小2
〇酒	大1
〇味噌	大1
〇みりん	小2
〇砂糖	小1
〇にんにくチューブ	1cm

【作り方】

- ① ゴーヤは縦半分に切り、種とワタを取り除き薄切りにする。
- ② 豚肉を2センチ幅に切る
- ③ フライパンにごま油を入れて中火にかけ、豚肉の色が変わるまで炒める。
- ④ ③にゴーヤを加え 1分程度炒めたら〇を回し入れ、全体を炒め合わせる。
- ⑤ 完成です。

ゴーヤに含まれる苦み成分「モルデシン」は 食欲アップを助けて夏バテ防止に役立ってくれます。味噌とにんにくが効いた味付けでご飯もすすみますよ。


<https://tokubai.co.jp/news/articles/6986>

そーなんだ

仕事で使うならLINE よりも 断然 LINE WORKS！

②



今月は「LINE WORKS」が選ばれる3つの理由をお伝えします。

① 操作はいつもLINEと同じ

画面のデザインや使い心地は普段使っているLINEとそっくりです。新しいアプリの使い方を覚える必要が無い為、スマホの操作が苦手な方でも 導入したその日からすぐに使いこなせます。

② 「誤爆」の心配から解放される

仕事専用のアプリとして完全に独立しているため、プライベートの友達に会社の機密データを送ってしまうような「誤爆」が物理的に起こりません。

③ 公私の切り替えがハッキリできる

仕事中だけアプリを開けばいいので、プライベートの時間まで仕事の通知に追われるストレスがなくなり、社員のプライバシーも守られます。

「使い慣れた便利さ」はそのままに ビジネスに安心とプロのセキュリティをプラス。

まずは、仕事とプライベートの境界線をハッキリさせることから始めてみませんか？



《次号予告》

次回は、グループLINEよくある「あの人、ちゃんと連絡見てくれたかな？」という不安をスッキリ解決する方法をお届けします！お楽しみに！！