

笑顔のある暮らしを

# ほほえみ便り



パナソニック  
エイジフリーショップ 城北

TEL 048-499-9889

FAX 048-499-9887

知っ得情報 ゆとりと笑顔のある暮らし

## 高血圧編

# 認知症 安心して過ごせる環境作り



ついつい食べすぎたり、飲みすぎたり…。  
さらには運動不足や喫煙など、  
良くない生活を続けていませんか？  
健康な食生活へ見直しましょう！

高血圧は脳の血管に障害を起こし、脳血管性認知症につながる可能性が！



高血圧の予防と改善のために食生活で心がけたい3つのポイント

1

塩分は…

1日の目安として6g以下に減塩しましょう  
(主治医に要確認)



2

脂質は…

血圧低下を促す効果がある  
魚油、植物油を積極的に  
摂取しましょう

※動物性脂肪(肉や乳製品)はあまり摂りすぎないように！



3

食物繊維は…

海藻、きのこ、納豆、果物など  
多く含まれる水溶性食物繊維を  
積極的に摂取しましょう



おいしく楽しみながら健康管理に努めましょう！

# ★パナソニックからの季節のご提案★



## ルームエアコン 冷暖房除湿タイプ

Panasonic  
ideas for life

**Eolia**  
エオリア  
18年度モデル

「エオリア」は吹き出す風も  
エアコンも自動でキレイに。

Panasonic  
ideas for life



「お掃除ロボット」  
搭載ながら、  
奥行すっきりモデル



ナノイーX **ECONAVI** フィルターお掃除ロボット Auto

濃度10倍\*1の「ナノイーX」が見えない空気の汚れを抑制。  
ひと・ものセンサー、日射センサーで省エネ・節電。

6畳用CS-227CF(W) **65,000円**  
14畳用CS-407CF2(W) **110,000円**

6畳用CS-258CEX(C) **170,000円**  
14畳用CS-408CEX2(C) **198,000円**

●室内機サイズ: ホワイト 基本取付費込税込  
高さ28.5×幅78.0×奥行23.9cm

●室内機サイズ: ノブルベージュ 基本取付費込税込  
高さ29.5×幅79.8×奥行23.9cm

## シャワーチェア [ユクリア]

介保  
購入

ミドルワンタッチ折りたたみ PN-L42221□  
Dオレンジ/Aブルー/BRブラウン

横へ移乗がしやすい  
肘掛けのないタイプ

**21,100円**

座面寸法: 幅41.5×奥行31.5cm  
座面高さ: 36~46cm(6段階調整)

定価26,460円(税込)



## 入浴クリップ' [ユクリア] 130

介保  
購入

オレンジ'

浴槽の出入りをサポート

**22,000円**

PN-L12011D 定価27,540円(税込)



## ミドルSPワンタッチ折畳N

介保  
購入

ワンタッチで折畳み可能。  
「ちょうどいいサイズ」の  
シャワーチェア



PN-L41821□  
Dオレンジ/Aブルー/BRブラウン

座面寸法: 幅41.5×奥行31.5cm  
座面高さ: 36~46cm(6段階調整)  
ひじかけ内寸37.5cm

**22,800円**

定価28,620円(税込)

## 浴槽台 [ユクリア] 軽量

踏み台や浴槽内の足として

介保  
購入



レキ'ュラー (天板: 30×37.5cm)

1220 PN-L11820□

1826 PN-L11826□

**16,400円**

定価20,520円(税込)

コンハ'クト (天板: 24×30cm)

1220 PN-L11720□

1826 PN-L11726□

**15,500円**

定価19,440円(税込)

1220: 高さ12~20cm(5段階)  
1826: 高さ18~26cm(5段階)  
□: Dオレンジ/Aブルー/BRモカブラウン

## カートさすべえ

ユナイト

車いす・カートに取り付け  
雨傘・日傘がワンタッチで付けられる

YNT4-0001GR



色: グレー



幅9.5×奥行10×高さ39cm  
※15~34mmのパイプに  
取り付け可能

**3,900円**

定価4,860円(込)

## 車いす用レインコート ケアーレイン

エンゼル 886279  
フリーサイズ・収納袋付



タイヤに巻き込みにくい  
ゴム付きで  
安全に使えます。



定価11,880円(込)

**9,500円**

## すべり止めマット [ユクリア]

高いザリッガで  
ステンル浴槽でも使用可能。

**M: 4,900円**

**L: 5,100円**



足沙門亀甲柄

サイズ M: 38×55cm L: 38×70cm  
M: PN-L10201□ L: PN-L10202□  
色 Dオレンジ・Aブルー・BRブラウン  
定価 M: 6,156円 L: 6,480円