

7月になり、今年も暑い日が続いています。  
今回は「熱中症」について考え、暑い季節も安全に過ごしましょう。



#### ●熱中症が起こりやすい条件

- ・環境： 気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い、閉め切った室内など
- ・からだ： 高齢者、乳幼児、肥満者、持病のある方（糖尿病、心臓病、精神疾患等）、低栄養など
- ・行動： 激しい運動、慣れない運動、長時間の屋外作業、水分補給がしにくい

#### ●熱中症の症状

めまい・立ちくらみ・筋肉のこむら返り・筋肉痛・大量の発汗・生あくびがあり、病状が進むと頭痛・嘔吐・虚脱感・倦怠感・集中力低下。判断力低下が起こります

#### ●熱中症予防のために

- ・扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・外出時には日傘や帽子を着用
- ・天気のよい日は日陰の利用、こまめな休憩
- ・吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす
- ・こまめに水分を補給する



#### ●暑さに負けない体づくりをする熱中症を防ぐために

「食事」「運動」「休養」を意識して暑さに負けない体を作りましょう。

##### ・バランスの良い食事



食事を3食しっかりとり、体に必要な栄養を補給して体調をととのえましょう。

##### ・適度な運動



暑くなり始める前から、汗をかく運動を行うことで、体を暑さに慣らすことができます。

##### ・しっかり睡眠



ぐっすり眠ることは、体調をととのえるために欠かせません。

LIFE CANBEE CARDリニューアル新規入会受付中！！

入会費、年会費無料！！

いつでも10回払いまで手数料無料

ポイントサービス新規入会1.5倍

誕生日月ポイント3倍

キャンピーJCB CARDも新規会員受付中！！



STUDIO FRASHI

NEWS PAPER



7月とは

日本では、旧暦7月を文月（ふづき、ふみづき）と呼び、現在では新暦7月の別名としても用いる。文月の由来は、7月7日の七夕に詩歌を献じたり、書物を夜風に曝したりする風習があるからというのが定説となっている。しかし、七夕の行事は奈良時代に中国から伝わったもので、元々日本にはないものである。そこで、稻の穂が含む月であることから「含み月」「穂含み月」の意であるとする説もある。また、「秋初月（あきはづき）」、「七夜月（ななよづき）」の別名もある。



土用の丑の日

夏の土用は、1年の中で最も暑さが厳しいとされる時期にあたるため、江戸時代にはこの期間の丑の日を「土用の丑の日」と重視し、柿の葉などの薬草を入れたお風呂に入ったり（丑湯）、お灸をすえたり（土用灸）すると夏バテや病気回復などに効き目があるとされていました。年によっては、土用の期間に丑の日が2回訪れることもあります。この2回目の丑の日を「二の丑」といいます。

2025年は7月19日、二の丑は7月31日

『親切な靴屋さん』 シューズコーヨー  
オーダーシューズFAIR 7月18日（金）～8月3日（日）

SUMMER CLEARANCE SALE  
30%～50% OFF

STUDIO FRASHI

<http://canbee.jp/>

0957-54-5005

2025

STUDIO FRASHI

Vol 101



BLUE FRONCE レース  
ブルオーバー ¥16280  
BLUE FRONCE デニム  
ワイドパンツ ¥18480  
Plaisir 帽子 ¥4120  
ESPRITCORE オーダーバック  
¥66280  
Mont. サンダル ¥18700



Plaisir キャップ  
¥4290  
カゴバック ¥4290  
ストール ¥4290  
BLUE FRONCE  
リネンワンピ  
¥26800  
ESPRITCORE  
オーダーバック  
¥23760  
Mont サンダル  
¥18700



Plaisir 帽子  
¥4290  
Plaisir  
ストール  
¥3090  
BLUE FRONCE  
ワンピ  
¥27500  
ESPRITCORE オーダー<sup>バ</sup>  
バック ¥59400  
energy キラキラシューズ  
¥15180



Plaisir 帽子  
¥4290  
BLUE  
FRONCEボ  
ーダーT ¥15180  
COMME UNE  
FEMME  
デニム ¥16500  
ESPRITCORE  
オーダーバック  
¥75900  
energy シューズ ¥25300



Plaisir ペーパー<sup>バ</sup>  
キャップ ¥4120  
BLUE  
FRONCE  
ブルオーバー  
¥14080  
COMME UNE  
FEMME イン  
キャミ ¥8690  
pot-au-feu ガウチョ  
¥15180  
energy シューズ ¥9790

**SALE 30%~50%OFF**



gomme カット  
カーディ ¥24200  
Goki タントトップ  
¥8690  
Plaisir キャップ  
¥4290  
blancvert. パンツ  
¥31900  
les basiques  
携帯バック  
¥19800  
バケツ型バッ  
ク ¥31900  
HOFF シューズ ¥19800



Plaisir 帽子  
¥4120  
Blancvert オーバーブ  
ラウス ¥36300  
ESPRITCORE オーダーバック  
¥25300  
チェーンポーチ ¥23760  
NO NAME シューズ ¥25300



Les consensus  
シャツワンピ  
¥28600  
Les consensus  
ノースリーブワン  
ピ ¥20900  
Plaisir 帽子 ¥4290  
バック ¥4290  
Goki ノースリーブ  
¥8690  
ESPRITCORE  
オーダーバック  
¥23760  
HOFF  
シューズ  
¥19800



インノース  
リーブ  
ニットと  
ブラックデ  
ニム  
Plaisir 帽子 ¥4290  
co&76 カーデイ ¥15400  
ワンピ ¥20900  
BLUE FRONCE ノース  
リーブニット ¥10780  
COMME UNE FEMME  
ストレッチデニム ¥16500  
DUG standard INCIPIT  
バック 中型 ¥26400  
Monet ミュール ¥19800



『親切な靴屋さん』 シューズコーヨー<sup>ー</sup>  
オーダーシューズ FAIR  
7月18日(金) ~8月3日(日)

(外反母趾、巻き爪、甲高、O脚など靴で  
お困りの方にすべてのデザインに、各種  
補正承ります。)



S、M、L ¥19,800



S、M、L ¥19,800



21.5cm~25cm ¥19,800

クリーニング屋さんが使う洗剤  
**MATINA (まついーな)**

肌に優しい液体石鹼 1,540円(税込)、  
デリケート衣類を守る洗濯洗剤 2,200円(税込)  
がおススメです。

タオルなどを洗濯すると違いが分かります!  
何名かのお客様からの声です。一度お試し下さい。



肌に優しい  
液体石鹼  
1,540円  
(税込)



デリケート  
衣類を守る  
洗濯洗剤  
2,200円  
(税込)

★シークレットSALEのため、店頭表示は  
20%~30%OFFになっています。  
一部、SALE除外もあります。

**STUDIO Frash!**

*Canbee.*