

京阪ホーム新聞

2026年10月号

＜発行＞
株式会社京阪ホーム
TEL.0120-26-7575

ポイ活を上手に楽しみましょう！

クレジットカードやスマホを使ったコード決済の利用が広がり、ますます身近になっているポイント。その貯め方のコツなどを紹介します。



皆さまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっとした役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「ポイント活動（通称ポイ活）」です。クレジットカード（通称クレカ）やスマホでのキャッシュレス決済で買い物した金額に応じて還元されるポイント。効率良く貯めたいですね。

クレカでポイントを効率良く貯めよう！

●クレカの還元率に注目…クレカは、発行する会社によってポイント還元率がさまざま。お手持ちのクレカのポイント還元率を調べてみましょう。ポイント還元率は、時代によって変化する傾向にあります。20〜30年前から



お手持ちのクレカの還元率が知りたい場合は、インターネットで「00クレジットカード ポイント還元率」で検索してみてください。

コード決済のポイントゲットは情報がカギ

●スマホのコード決済もあれこれ使わない…二次元コードやバーコード決

使用のクレジットカードの場合、0.5%以下など、もしかしたら還元率が低いかも。携帯キャリアや新登場の銀行系、コード決済会社などで比較的近頃発行されたカードは、還元率が1.0%以上と、上がっていることが多いので、長く持つことにこだわらなければ、切り替えもアリです。とはいえ、クレジットカードなので慎重に検討を。

●クレカの数を経る…クレカを複数持ち、分散して使うとポイントも分散され、なかなか貯まりません。クレカの数を経る使う方が、ポイント



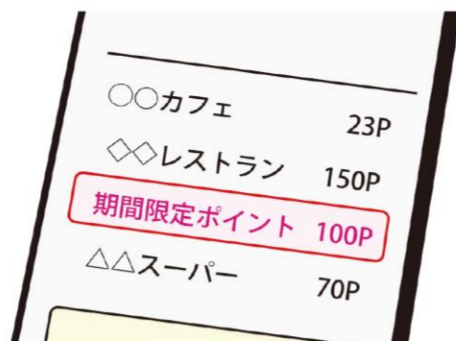
クレカもコード決済も、数を経ることでポイントが効率良く貯まると同時に、管理しやすくなるという利点も。クレカとコード決済を、同系列の会社でまとめるのもおすすめです。

●チャージの方法もチェック…チャージする時、会社によってはクレカから直接チャージされるように設定すると、チャージ時にクレカのポイントが貯まり、買い物の支払い時にコード決済のポイントが貯まるという、いわゆるポイントの二重取りができる場合が

あります。ぜひ「00ペイ クレジットカードチャージ 二重取り」で検索するか、クレカ発行の会社に問い合わせしてみましょう。ただし、クレカでチャージした分は後に支払いが発生するのでご注意ください。チャージする金額をあらかじめ決めておくと、使いすぎを防ぐことができます。

●コード決済のキャンペーンを見逃さない…コード決済の種類によっては、地域限定で還元率がアップしたり、お店の還元率アップのクーポンが貼られます。発行されたりと、お得なキャンペーンがあります。告知ポスターが貼られる場合があるので、見つけたらチェックすると良いですね。お店の還元率アップのクーポンは、アプリ内のクーポンのボタンをタップすると出てくるので、時々チェックを。

●ポイント対象外のお店がある…コード決済の種類によっては、ポイン



ポイ活の注意点！ポイ活したくてつい不要なモノまで買くと無駄遣いが増え、本末転倒に。必要な買い物をしながら貯めましょう。また、期間限定のポイントがあれば、積極的に使いましょう。

ト付与対象外のお店があることも。調べたい場合は「00ペイ ポイント還元 対象外」でチェックを。

●ポイントを楽しく使おう…たくさんポイントが貯まると、ご褒美感覚で使えて良いですね。また、コード決済会社のポイントは投資運用できるケースも多いので、チャレンジしてみるのも手です。運用なので、プラスもあればマイナスも。現金ではないため、割り切ることが大切です。

頭の体操

間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さあ！チャレンジしてみよう！



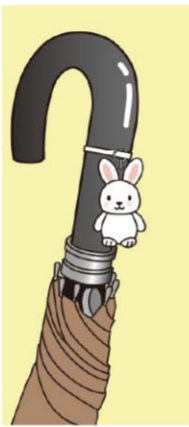
答えは裏面をみてね！

裏面にも役立つ情報が満載！

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

01 目印チャームが人気！

かさやペットボトルなど、自分のモノにつけて、見つけやすくしたり、取り違えを防ぐ「目印チャーム」。かわいいデザイン性もあり、人気だそうです。アニメやキャラクター、推しに関連したモノなど、種類の幅もさまざま。カプセルトイのモノも人気です。使い方もさまざまで、自分のモノに目印として使うのはもちろん、ポーチのファスナーの持ち手やリップにつけたり、アクセサリの一部として身につけたり。バッグなどにたくさんの目印チャームをジャラジャラつけるパターンもあるとか。特にシリーズものやカプセルトイで数種類あるモノは全種集めたり、シール帳ならぬ、ガチャ帳（カプセルトイのモノをシール帳のように1冊のバインダーにまとめて持ち歩く）に入れて、友達とアイテムを交換したりと、楽しみ方も進化しています。



02 ご当地サーモンってご存知？

お寿司やお刺身などで人気のサーモン。ニーズの高さから、国内での養殖も増えていて「ご当地サーモン（ブランドサーモン）」はなんと100以上もあるそうです！全国の実験場と言われているのが、奥三河産のホウライマスとアマゴを掛け合わせた、愛知県産の「絹姫サーモン」。そのほか、津軽海峡の冷たい潮流と荒波に揉まれることで、引き締まった身と脂乗りを実現した青森県の「海峡サーモン」。深層地下水と、水戸納豆由来の納豆菌や生きた乳酸菌などを混ぜたエサで育てた茨城県の「ローズサーモン」。富士山の大自然のもと、美しい水と出汁の搾りかすから抽出した鰹節ミールなど独自配合のエサで、2年半以上の期間をかけて育てた静岡県の実験場「富士山サーモン」。レモン入りのエサで育てた「広島サーモン」、宮崎の奥秘境・西米良村のきれいな水を使い、完全無投薬で育てた「奥日向サーモン」。あなたの地元にもご当地サーモンがあるかも!? 旅先でご当地サーモンを探してみるのも良いですね！

03 リードディフューザーを上手に使うコツ

香りの水溶液が入ったガラスボトルに、スティックを挿して空間に香りを届けるリードディフューザー。使い方のコツをご紹介します。置く場所は、ドア付近や通路など、人の動きで風が緩やかに動く場所がおすすめ。香りの成分は下から上へ広がるので、鼻よりも低い位置が良いですが、ペットなどがいる場合は、香りの成分と置く場所にご注意を。直射日光が当たる場所は、香りの成分が変質する恐れがあるのでNGです。付属のスティックを一度に全部挿すと、いきなり香りが強くなり、使用期間も短くなる傾向に。少ない本数から徐々に増やすと、香りが強くなりすぎず、持ちも良くなるそうです。また、同じ方向ではなく、円を描くように挿すと、バランス良く香ります。香りが弱いと感じたら、スティックの上下を入れ替えるのがおすすめです。



こんにちは／
お施主様の笑顔が
私どもの一番の喜びです。

京阪ホーム社員一同

あなたの街の京阪ホームです。

いつもお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。今回お届けしました住まいのかわら版はいかがでしたでしょうか。日頃からお世話になっておりますお客様へ、お住まいと生活に役立つ情報を提供することができましたらと思い本紙をお届けいたしました。お住まいのこと、リフォームに関してのご相談などお役に立てることがございましたら、お気軽にご相談ください。

快適！便利！おすすめリフォーム商品情報

洗練されたデザインで、機能性も充実のおすすめリフォーム商品をご案内いたします。

スマート宅配ポスト

家にいる時もいない時も荷物が受け取れて、発送もできます。スマホとの連携もできるので、さらに便利で安心です。

LIXIL



詳しくは
LIXILウェブサイトへ



宅配ボックス・ポスト・サイン・インターホンの機能をまとめて、シンプルなエントランスに

宅配ボックス



安心の大容量サイズ

ポスト



メール便最大サイズを収納可能

サイン



住まいに合うデザインを選べます

スマートフォンとつながることで、荷物の受け取り・集荷がスマートに

荷物が届くとスマホお知らせ



投函や取り出し、閉め忘れがあったらスマホに通知が届くので安心です

複数の荷物が受け取れる



外出先からスマホで解錠でき、複数の荷物が受け取れます

集荷依頼ができる



宅配業者専用パスワードを設定しておき、スマホで集荷依頼ができます

カメラ機能で荷物を見守り



投函や取り出しの様子をカメラ機能でリアルタイムに見られます

※スマートフォンとの連携にはホームユニット（別途販売）が必要になります。

写真・記事：株式会社 LIXIL

間違いさがし答え：①ネコ ②壁の絵 ③男の子の腕 ④天井の照明 ⑤イスの背もたれ

ご相談・お問い合わせはこちらまで

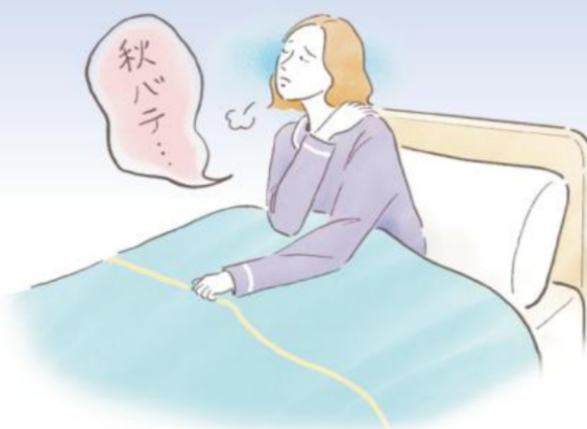
株式会社京阪ホーム

TEL 0120-26-7575

https://keihanhome.co.jp

秋の不調を招く理由とは？

猛暑から解放され、過ごしやすくなってきたのに、「疲れがとれない」、「体がだるい」、「食欲不振」…。そんな不調を感じたら、秋バテのサインかも。気候や気圧の変化に加え、昼夜の寒暖差などが影響して、自律神経は乱れがちに。それが秋バテの原因のひとつと考えられます。



自律神経を整える、おすすめのナイトルーティン

副交感神経を優位にする 入浴法で心身をリラックス

入浴は、就寝の90分前までにすまずよう。深部体温が下がるタイミングで自然な眠気へと誘います。

- ★ 38～40℃のぬるめの湯に10分ほどじっくり浸かる。
- ★ 入浴剤は、血行を促す炭酸ガス系を。また心身の緊張をやわらげるのに役立つラベンダーなどの香りを選ぶのがおすすめ。



緊張した筋肉をほぐす ベッドでわずか3分のストレッチ

入浴後の体が温まった状態で効率よく柔軟性アップ。深呼吸しながら、背骨周辺や大きなリンパ節がある股関節を動かすことで、副交感神経への切り替えがスムーズに。

● 胸を開く（1分）

あぐらで座り、背中で両手を組む。息を吐きながら、組んだ手を斜め下へ引っ張るようにして、胸を大きく開く。この動作を繰り返す。

● キャット&カウ（1分）

四つんばいになり、息を吐きながら背中を丸めてお腹を覗き込む。息を吸いながら、背中を反らす。ゆっくり動作を繰り返す。

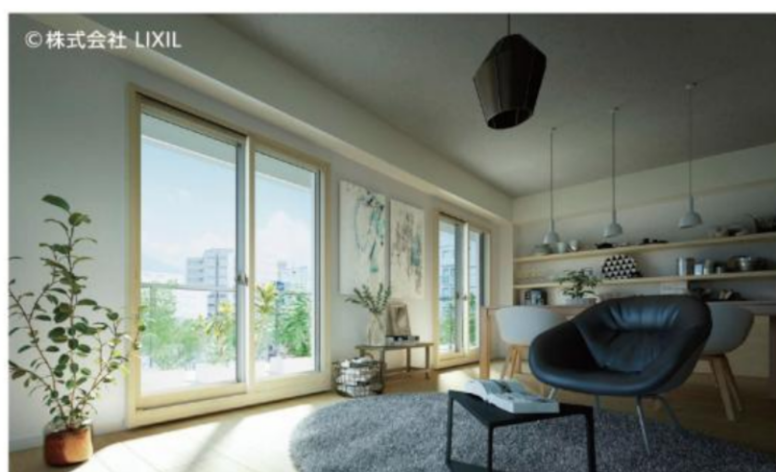
● 股関節をゆるめる（1分）

仰向けになり、足の裏同士を合わせて膝を左右に開く。両手を下腹部に置いて、ゆったりと深呼吸を繰り返す。



オススメ商品 内窓 インプラス

日本で一番選ばれている樹脂内窓・インプラスに「マンション用枠」新登場！



持ち出し幅が最大13mmと2倍になったことで、マンションなど窓枠の見込寸法が小さい現場にも対応可能になりました。窓枠見込みが最小54mmから設置可能です。