

※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。

## 家族のゆたかな暮らしのために もっと知りたいあかりの常識

10月21日は  
あかりの日

意外に知らないことも多いあかり。快適に過ごすために、あかりについて考えてみませんか。

### Q1. あかりは 明るい方がいいの？

眩しすぎるとかえって  
目は疲れます。  
蛍光灯や電球など、  
むき出しタイプの照明は  
直接目に入らないよう  
向きなどを工夫しましょう。



### Q2. 危ないから夜中の 廊下の照明は点けたまま？

廊下の照明が明るすぎると  
目が覚めてしまい、再び  
眠りに付くのを妨げます。  
足元などをほのかに  
照らすなどの  
あかりがよいでしょう。



### Q3. 暗い部屋で本を読むと 目が悪くなる？

科学的根拠はありません。  
ただ暗い中でよく  
見ようとして目を疲れさす  
ことはあるようです。  
やはり、文字が見やすい  
あかりが必要です。



### Q4. 家族はみんな 同じ明るさがいい？

高齢になると見えにくくなるので、  
若い人より明るさが必要に。  
全体照明は若年者の約1.5倍、  
読書などには約2倍の  
明るさが必要です。



### Q5. 料理を作るのも 食べるのも電球色がいい？

電球色のような赤いあかりは  
料理をおいしそうに見せます。  
ただし、  
調理には明るく見えやすい  
白いあかりが作業しやすい  
でしょう。



### Q6. TPOで快適な明るさや 灯の色が違う？

活動的な気分には  
明るい白色のあかりが、  
くつろぎには夕焼けのように  
あたたかみのある  
赤いあかりが  
適しています。



住まいの快適なあかりを考えませんか。

#### リビング 生活シーンにふさわしい "あかり"に替えられます(シンクロ調色)

スイッチひとつで、  
勉強する時は明るく  
白いあかりに。  
夜のくつろぎには  
赤っぽいあかりで明  
るさを抑えます。

明るさに  
連動(シンクロ)して  
光色も変化。



#### ベッドルーム

光と音で快適な  
お目覚め環境を  
サポートします



徐々に明るくなる光とアラームの音で起床時刻をお知らせ。(目覚めのあかり)

#### 廊下・階段

夜中のトイレに  
安心な  
足元のあかり



人が近づくと点灯。離れてし  
ばらくすると消える足元灯。  
あとの眠りを妨げません。  
(かってにナイトライト)

シンクロ調色 : <http://www2.panasonic.biz/es/lighting/home/synchro/>

目覚めのあかり : <https://panasonic.jp/light/led/suimin.html>

かってにナイトライト : [https://sumai.panasonic.jp/wiring/switch\\_concent/cosmo\\_nightlight/](https://sumai.panasonic.jp/wiring/switch_concent/cosmo_nightlight/)

まずは、ご検討いただけるよう資料をお届けいたします

## わが家の『あかり計画』初めてみませんか？

資料請求お問い合わせは当ショップまで



リフォームのことなら  
お気軽にショップへ  
ご来店ください。

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。