

快眠の作法

Q

暖房をつけ続けると乾燥で喉が痛くなるのですが他に暖を取る方法がありますか？

A

湯たんぽとあったか系寝具を併用することで電気代を節約しつつ快適に過ごせます。



無後物のクセに

乾燥せず体を温めてくれる湯たんぽは節約できるエコアイテム

暖房は寒い季節の必需品ではありますが、つけっぱなしで過ごすとしても喉が乾燥し痛くなるのが悩みの種です。

そこでオススメなのは湯たんぽをあったか系寝具との組み合わせで使用することです。

湯たんぽで布団の中を十分に温めてから就寝時に取り出すことで暖を得られます。

起毛素材の敷きパッド等を併用するのも効果的です。

電気代も節約できますのでぜひお試しください。



快眠の作法バックナンバーはこちらから検索で見ることができます

ヌノヤ 快眠の作法 検索