

あんそ倶楽部

2021.04

vol.39

寒い冬の期間と制限のある生活の中で、運動不足やストレスで身体の不調を感じていませんか。改善するには運動と同時に代謝を上げるのが効果的です。桜鯛・新じゃが・春キャベツいちご・国産キウイなど、旬の食材を使った代謝アップメニューでこれからのすがすがしい季節を元気に過ごしましょう。



季節を感じる

4月といえば・・・

お花の季節のイメージですね。四季それぞれに花は咲きますが、やはり春にはたくさんの花が咲きます。一つおうちにあるだけで穏やかな気持ちになり、まわりを明るくしてくれます。暑さに強く、春から秋までの長い期間楽しめる改良品種の「サンパチェンス」。名前の由来はサン=太陽+パチェンス=忍耐だそう。1株でもボリュームがあるのでシンボリックな使い方にピッタリです。色鮮やかな花でお庭や玄関を彩ってみませんか。



暮らしのヒント

食品ロスを知る

日本では年間約612万tもの食料が廃棄されています。その約半分は家庭からの排出で、国民1人当たり・1日にお茶碗約1杯分、年間で約48kgにもなります。外食では食べられる量を見極めて注文したり、流通上の慣例で賞味期限前に捨てられてしまう食品（ワケあり商品）を購入するなど。出来ることから、この身近な問題にご家族と一緒に取り組んでみませんか。



香りのある暮らし

惑星と植物の結びつき

生まれた曜日と惑星は対応関係にあります。その惑星に属する植物の香りでインスピレーションを感じてみませんか。今月は「火曜日=火星」をご紹介します。赤い輝きが神秘的で血を思わせるような色から、エネルギーでパワフルな頼れるリーダータイプ。品のある独特な香りの「ヨモギ」、甘くてスパイシーな香りの「ホップ」がリーダーとしてのパワーをさらにアップさせ、競争の激しい世界で勝利をつかむ力を与えてくれます。



誕生曜日は「西暦年●月●日 曜日」で検索

家族を守る防犯

YouTubeで防犯教室

ほとんどの犯罪者は、捕まりそうにない場所でしか犯行に及びません。犯行に及び場所には「入りやすい場所」と「見えにくい場所」という2つの条件があり、これが「犯罪機会」といいます。入りやすく見えにくい場所で近づいてくる人を警戒すれば、騙されて連れて行かれることはありません。子供達にもこうした景色解読力を身に付けてもらうことが大切です。ご紹介するYouTubeでは「あぶないところ」を学べるようになっていきます。ぜひ、ご家族でご覧になってみてくださいね。



マネー講座

お金の教育、小学生から

お子様の進級や進学で、お小遣いについて考えるご家庭は多いのではないのでしょうか。電子マネーなどキャッシュレス決済が広がり便利な部分もありますが、お金を使うと現金が減るという実感を持ちにくいのです。お小遣いでお金の管理を身に付けるには、●お小遣いの金額を考える⇒●予算を決めて現金で渡す⇒●使い方を振り返る最近では金融機関などの子供向けセミナーもありますので利用するのもいいですね。



今月の店舗News

注文建築用地販売

近江八幡市十王町

日当たりが良くとても静か。お子様の通学にも便利で安心です。広々とした敷地でご家族がのびのびと暮らせる立地です。



限定1区画

1280万円
約72坪

