

あんそ倶楽部

2022.09 vol.56

9月の記念日に「くつろぎの日」があります。日付は、9月26日「く(9)つ(2)ろ(6)ぎ」。喫茶店チェーンのコメダ珈琲店を展開する株式会社コメダが制定した記念日だそうです。コーヒーに限らず、好きな飲み物で、秋の訪れを感じながら至福の時間を楽しんでください。



季節を感じる

草津の特産品

9月～12月が旬のレンコン。滋賀では烏丸半島付近で栽培されている琵琶湖からすま蓮根があります。琵琶湖の豊富な水を活かした栽培で、もっちりとした肉質で食べ応えがあるのが特徴です。少し厚めに切って食べるのがおすすめ。体の抵抗力を高めるビタミンCを多く含み、風邪の予防に効果的です。美肌やアンチエイジングが気になる時は、アボカドやアーモンド、かぼちゃと組み合わせるとサラダにすると効果がぐっと高まります。



暮らしのヒント

9月は防災月間

なぜ、9月1日が防災の日になったのかご存じでしょうか。1923年に起こった関東大震災が発生した日だからです。地震対策のひとつとして、寝室の枕元に何も置かないこと。簡単そうで意外と難しいのですが、寝室に落ちてくるものがないと、安心して眠ることが出来ます。子供たちの部屋も点検して、頭や足元に重たい家具が乗らないようにしておきましょう。大切なのは、家の中でケガをしないことです。



香りのある暮らし

「食」を楽しむ植栽

暑い夏が終わり、朝夕の涼しい時間帯に庭のお手入れを兼ねて、ハーブを植えてみませんか。手軽にできるのは鉢植え。寄せ植えをする場合は、似た環境を好むものを一緒に植えることがポイントです。これからの時期、寒さに強いハーブだと、トマトやチーズとの相性が抜群のオレガノ、お肉や魚料理に欠かせないローズマリー、臭み消しで有名なセージ、殺菌・防腐効果を持つタイム、お酒やスイーツに合うミントなど。お料理に香りを添えてみませんか。



家族を守る防犯

防犯の目力(めぢから)

防犯とは犯罪に遭わないよう「予防」をすることです。予防のために出来る事は小さな変化や異変に気付き、家族や地域の人たちと情報を共有し注意喚起をする事です。小さな事件の芽に気付き、それが大きな深刻な事態になることを防げるよう、日頃から心がけていきましょう。例えば、他府県ナンバーの車が長時間駐車している・スーツや作業服の人をよく見かけるようになった等。地域を一番よく知っているからこそ気付ける目力がとても大切です。



マネー講座

女性の味方

少ない保険料で日常生活のトラブルに備える少額短期保険で、女性特有の課題に寄り添った商品が増えていきます。出産で帝王切開に直面した妊産婦さん向けや乳がんなどの再発を保障する保険など幅広く、気軽に加入できるのが利点ですが、注意点もあります。例えば、妊産婦さん向けの商品の中には、妊娠中の子供が多胎児の場合は加入出来ない商品もあります。また、価格も手ごろですが、本当に自分に必要な保障かどうかをよく確認してから加入しましょう。



今月の店舗News

「旅するように暮らす」ラグ デザインはコチラ

デザイナーズ規格住宅「ジブソハウス」とインテリアアイテムをデザインする「カックコネクション」とのコラボにより、12種類のオリジナルラグが誕生しました。旅先での美しい情景をデザインに反映したラグです。夏から秋へ、お部屋の模様替えや足元の冷え防止など、ぜひ自分らしさを表現できるデザインを見つけてください！ご購入を希望される場合は、アンソホームへお問合せください。

