

# MONTHLY TOPICS

2020年1月号



hair salon **fulari**

TEL 076-451-8801  
(予約優先)

営業時間 9:00~17:00

定休日 日曜日・祝日

Instagram fulari\_hair



施工事例 hair salon fulari



## 新年のご挨拶

今年も日影工務店は「家族の幸せ」をテーマとしてお客様の安心と満足を第一に考え皆々様の家づくりのお役に立てることを心より願っています。本年もどうぞ宜しくお願い致します。



日影工務店スタッフ一同

頭金って **0** でもいいの??  
ゼロ



家づくりで失敗したくない方、必見  
一緒に参加しませんか??

2組限定★参加費無料

1月18日(土)10:00~12:00

会場ウッドリンク・ラボ

実験は、11:15~11:30

**耐力壁破壊実験**

プレウォール工法VS筋かい工法  
地震に強いのはどっちの壁!?

詳しくは、HPをご覧ください



家づくりを考え始めた時一生懸命に貯めた頭金がすべて消えてなくなってしまうことがあるのです。

どんな時?? **貯金をしている時  
金利が上がってしまった時です。**

※2,000万円を35年返済で借る場合

金利3%で総額3,230万円  
金利4%で総額3,720万円

この差  
約500万円

1%上がると貯めといた500万は泡のように消えてしまうのです。

こんな泣くに泣けない話にならないように  
**注意してくださいね**



**日影工務店**

〒930-2233 富山市布目1131

TEL:(050)1404-9376 FAX:(076)471-8896

MOBILE:090-4682-6228

MAIL: contact@hikage-koumuten.com

URL: http://hikage-koumuten.net



## 誕生花

誕生花は生まれた月日にちなんだ花のことを言います。

先日、知人に花束をプレゼントしようと考えて、インターネットのサイトで、誕生花を調べようと思ったのですが、その時気が付いたのですが、見るサイトによって紹介されている誕生花が違っているんです。

調べてみると、どうやら誕生花は公式に決められていないようです。決め方には諸説あるようですが、園芸関係者や生産者など花に詳しい人が独自に決めているようです。

国や地域によってもいろいろだと思われる誕生花。今月からは一般的に発表されている誕生花の中からその月の誕生花をご紹介しますね。

## 1月の誕生花

### シンビジウム

(和名) 美花蘭  
(分類) ラン科シュンラン属  
(原産地) 東南アジア



シンビジウムは冬の鉢植えの代表格です。茎にたくさんの花をつけ、豪華なイメージがあり、見栄えの良さや華やかさから贈答用鉢植として人気があります。蘭の花は風水でいうと高い地位を持った花とされており、家族運や職業運をアップさせる効果があるといわれています。

## 花言葉

黄色…誠実な愛情  
黄緑色…野心  
白…深窓の麗人  
ピンク…素朴

## 免疫力を上げて 風邪&インフルエンザを 撃退しましょう!!

今年も  
一年健康に!!

### 免疫力とは

体内で発生したガン細胞や外から侵入した細菌やウイルスなどを常に監視し撃退する自己防衛システムのこと。



### ♥ 免疫力アップのポイント ♥

#### ①体温を上げる

免疫力が正常に保たれる体温は36.5℃程度といわれています。38~40℃ぐらいのお湯に20分~30分ゆっくりつかり身体を芯から温めましょう。

#### ②十分な睡眠と休養

睡眠不足は免疫細胞の働きを低下させる原因になります。個人差はありますが7~9時間程度の睡眠時間を確保しましょう。昼寝や仮眠など短時間の睡眠でも免疫力向上に役立ちますよ。

#### ③笑う

笑うことによって、ナチュラルキラー細胞(悪い細胞を撃退する免疫細胞)が活性化されることが実証されているそうです。まさに、笑いは万病の薬ということなんですね。

#### ④腸内環境を整える

人の免疫細胞のおよそ7割は腸の中で生きています。ヨーグルトなどの発酵食品オリゴ糖などの栄養素は腸内環境叢を改善して免疫力を高めてくれますので積極的に摂りましょう。

## お正月の余ったおもちを スイーツに!! 切り餅で簡単チョコもち

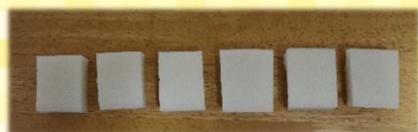


材料(16個分) 切り餅 3個  
ミルクチョコレート 100g  
牛乳 30ml  
ココアパウダー 10g



### 作り方

切り餅は半分に切ります。



大きめの耐熱ボウルに入れ牛乳を加えてラップをし、600Wの電子レンジで2分加熱し耐熱性のヘラで混ぜ合わせます。



ミルクチョコレートを割り入れてミルクチョコレートが溶けるまで耐熱性のヘラで混ぜ合わせます。



ラップにココアパウダーをふり、3をのせて、さらにココアパウダーを混ぜ合わせます。



厚さ2cmの四角に包み、粗熱を取り冷蔵庫で20分冷やします。



16等分に切り分けて器に盛り付けたら完成です。

