



エイシン通信

No.127 2月号

工事実績 14,946 件 / 平成29年 1月 30日現在



なるほど！生活雑学

【 自宅でもぎ湯、デトックスにエプソルソルト！？】

一年で一番寒い時期になりました。湯船に浸かる時期ですね。湯船に入浴剤を入れて楽しんでる方も多いと思います。この時期は体がかさついて痒みが出たり、寒さ故に運動不足になり体の代謝が悪くなったりとこの時期ならではの悩みが出ている人も多いのではないのでしょうか？

そこで「よもぎ湯」はどうでしょうか？よもぎはキク科多年草です。とても身近な植物ですね。東洋のハーブと言われるほど効能があり、西洋でも薬草として重宝されています。肌トラブルの予防や冷え性、生理痛の軽減、安眠と効果が沢山認められていて、一時期話題になったヨモギ蒸しは韓国では600年前から民間療法として親しまれてるほど、体に良い成分が沢山あります。自宅でヨモギ蒸しをするのは少し準備するものが大変そうですので、効果が変わらないヨモギ湯を自宅で手軽に楽しむ方法を紹介したいと思います。まず、ヨモギの採取です。一回に5~10本を使用します。採取後は葉や茎をよく洗います。布袋に生のまま湯船にいれる。乾燥させて入れる。お湯で5分煮だしてヨモギをこして液体を湯船に入れるです。とりわけ簡単です。

エプソルソルトとはハリウッドセレブが愛用しているとかしないとかで話題になっている入浴剤です。成分は硫酸マグネシウムで海水に含まれるミネラルの一つです。市販の入浴剤には昔からはいつている成分です。ソルトとついています塩分を全く含みません。なので、浴槽などを傷める事がなく残り湯も流用が出来ます。老廃物や毒素を体外にだすデトックスや肩こりや腰痛に効果的です。毒素は体内で滞っている老廃物と体外から摂取した水銀や鉛などが体内に残留した物があります。毒素を体外に排出するには、体を芯からじっくりと温めて、毛穴からドロドロの汗と一緒に流すことです。この入浴剤は汗を掻きにくい人でも15~20分で汗が噴き出し、体が温まります。天然あら塩一握みを風呂に入れて溶かしても同じ効果があるようです！

【名言・格言】
「当たって砕けろ」掛け声は勇ましいけれど、掛け声をかける当人は、当たりも砕けもしねんだよなあ by 相田みつを (詩人)

不動産情報

賃貸



賃貸 マンション
場所：三豊市高瀬町
家賃：35,000~40,000円
間取り：1K (洋室7帖)
その他：駐車場1台含
コインランドリー有



賃貸 一戸建住宅
家賃：45,000円
場所：三豊市三野町吉津
面積：58.21㎡
POINT:カーポート有、風情ある日本家屋、平成22年リ

賃貸



賃貸 一戸建住宅
家賃：50,000円
場所：三豊市詫間町松崎
面積：99㎡(1階75㎡, 2階24㎡)
POINT:ペット可, JR詫間駅から600m

売土地



売り土地 宅地 **340万円**
場所：さぬき市津田町
面積：371㎡
その他：海が近く、国道11号線、津田寒川インター、マルナカがあり便利



売り土地 宅地 **900万円**
場所：観音寺市植田町
面積：379㎡
その他：電気・水道あり 国道11号線、マルヨシセンターなどが近く利便性良し

新物件
おすすめ！

まんだがん リモデルフェアのお知らせ
TOTODAIKEN・YKK・KAP高松コラボショールーム (場所…香川県高松市林町2547-3) が新しくなりました。フェアでは色々なイベントも開催予定です。皆さん、ぜひ遊びに来て下さいね。

2月の簡単レシピ



ナムル唐揚げ丼

今月は「もやし」

もやしは95パーセントが水分で、ビタミンや食物繊維などの栄養素がありますが量が少ないようです。100gで14カロリーと低いので、ダイエットや量のかさを増やすにはもってこいの食材です。



材料 (4人前)

唐揚げ・・・4個 (一人当り)
ほうれん草・・・一束
人参・・・1/2本
もやし・・・一袋
【ナムル液】
ごま油・・・中さじ1杯
すりごま・・・大さじ1.5杯
塩(ほうれん草以外)・・・適量
醤油(ほうれん草のみ)・・・小さじ1杯程度

作り方

1. 人参はレンジで50秒から1分温めてから、千切りにします。ほうれん草ともやしは茹でて、ほうれん草は食べやすい大きさに切ります。各野菜をナムル液と混ぜておきます。
2. 唐揚げを作ります。鶏肉2枚を一口サイズに切り塩コショウ、酒で下味を付け片栗粉をまぶして揚げます。
3. 丼ぶりにご飯を入れて、野菜と唐揚げを盛り付ければ出来上がりです。タレに甘辛のすき焼きのたれやあっさりポン酢を少々掛けて下さい。

もやしや玉葱のスライス、胡瓜や大根の千切りは甘酢(お酢大さじ2.5+砂糖大さじ1.5+塩少々) +すりごまとあえてもサッパリしてお勧めです。

スタッフが日ごろのおすすめを紹介するコーナー



レザニア+
自家製パン
のランチ

↑ペンネ+自家製パン
のランチ



今回は木や植物の温もりが店内外から感じられ、喧騒とした日常を忘れてリラックス出来る隠れ家の様なお洒落なカフェです。
私は特に人気なラザニアランチを頂きました。酸味の効いたトマトソースとろけるチーズの組合せは最高です。サラダとスープ、ドリンク、自家製パンが付いて1,000円です。モチモチの自家製パンはファンも多く、毎日でも食べたいなる美味しさです。
ティータムには、パフェやフレンチトーストなどのメニューが豊富です。友人や家族、もちろん一人でも、のどかな雰囲気の内立に立ち寄りたくなるお店です。

チャフ

店舗データ
■店舗名 チャフ
■営業時間 9:00~17:00
■定休日 日曜日、祝日
■席数 30席
■駐車場 15台
■住所 香川県高松市東山崎町449-1
■電話番号 087-847-9014



←店内様子 ↑外観+庭

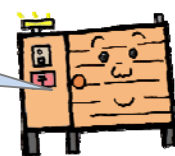
スタッフ紹介



職人 真鍋 辰己

先輩の指導の下で学びながら、軽いフットワークで素早く丁寧な仕事を心掛けています。

車が大好きな青年だよ



エイシン
キャラクター
NO.14
「もんぴ君」

(株) エイシン

住所：香川県三豊市三野町下高瀬1015-1

TEL：0875-73-4856 FAX：0875-73-4658

0120-512-337

ホームページアドレス <http://www.eishin-1.co.jp>



おかげさまで
28周年

エイシン

検索

詳しい情報は 0120-512-337 までお問い合わせください。ホームページにも掲載しています。