

愛犬との暮らし

今はいろいろなドッグフードがありますね。栄養的にもバランスが取れていて与えやすいです。でも、加熱処理されているドッグフードではほとんど補えない栄養素もあります。それは新鮮な生の物に含まれ、熱に弱い「酵素」です。

酵素には、食べ物の消化・吸収を助け、ガンなどの原因にもなる活性酸素を取り除き、免疫力や治癒能力を高める働きがあります。

ワンちゃんに手間をかけずに酵素を与える方法としては、ニンジンや大根、キュウリなどをすりおろしたり、りんごやバナナなどの果物をドッグフードと一緒にあげたり、カッテージチーズや ヨーグルト(無糖プレーン)をそのままあげたりなどがあります。

動物が生命活動を維持するために必要な「酵素」。私たち人にも必要なものです。

一緒に「酵素」を取り入れた食事を上手に工夫していきたいですね。



ライフア水沢江刺は「愛犬家住宅コーディネーター」のいるお店です。愛犬と暮らすお住まいでの「困ったこと」がございましたら、お気軽にご相談ください。

タカラスタンダード×Paloma

2014暮らし応援フェア

7月19日(土)に水沢のタカラショールームで「暮らし応援フェア」が開催されます。コンロやレンジフードなどのお買い得商品を多数ご用意しています。

来場記念品や先着30名様に袋ラーメンのプレゼントなどもございますので、ぜひご家族でご来場下さい。

■詳細は同封のチラシをご覧ください。

7月19日(土) 10:00~16:00

タカラ奥州ショールーム
TEL 0197-22-7352
岩手県奥州市水沢区佐倉河字車堂 72-1

LIXILリフォームチェーン

ライフア水沢江刺 相談会

夏休み企画 タイル工作教室

ライフア水沢江刺店 相談会

開催日時: 7月27日(日)

10:00~17:00

■タイル工作教室■

: 1回目 10:00~・2回目 14:00~

開催場所: LIXIL 盛岡ショールーム

(旧 INAX ショールーム)

岩手県盛岡市本宮 5-2-31

(アイスアリーナ向かい)

7月27日に開催する相談会に合わせ、タイル工作教室を開催いたします。お部屋に飾るインテリアやお子様の夏休みの工作としてもお勧めです。一日2回行いますので、ぜひ遊びにいらしてください。

詳しくは同封のチラシをご覧ください。

ライフア通信をご持参頂いた方にはご来館記念として「JTB 商品券千円分」と「マイクロファイバークロス」(お掃除に便利)を差し上げます。心よりお待ち申し上げます。



暑さが日に日に増してまいりました。先日は、積もる程の大粒のヒョウが振った地域もありましたが、今ではそんなことも忘れてしまつて程暑い日が増えてきました。暑さが続くを寂れてしまっていますが、冷たいものを取りすぎて夏バテしないよう気をつけたいですね。



ライフア通信

2014年7・8月

IWAKYO

今年からは、店長の菊池です。上の子達は今年から小学生で、夏休みになると、自由研究や工作があり、お母さんもお手伝いしてあげたいですね。お子様の成長を喜び、一緒に楽しむことが大切です。

クロスワードパズル

二重枠に入った文字を並べかえると、どんな言葉になるでしょうか? ヒントを見てね!

タテのガキ

- この紐が堅い人は、おだなお金を使いません
- 鳥の名前がついたフルーツ
- 富士は日本一の〇〇
- 植物 植えるを意味する英語
- 高級な花 胡蝶〇〇が有名
- 馬の〇〇は念仏
- 陸/〇〇/空
- 今川町発祥 焼き菓子
- 勝ちが〇〇 勝ちの反対
- フェアウェイ外の 草深い場所
- 地中海最大の島 エトナ火山があります
- ネットワークに 接続すること
- 待つこと
- 先手を打つ 〇〇を越す

ヨコのガキ

- カメラや望遠鏡などを 3本足で固定するモノ
- プラスチックの略称
- 気が合う 〇〇が合う
- 本田圭祐のいるチーム ACOOO
- 浅い⇔〇〇 浅いの反対
- 労働を目的に 海外に移住した人
- パパ⇔〇〇 パパの反対
- 英語でタイガー
- 夜が明けようとする頃
- 時間に遅れること
- 白、赤、ロゼがあるお酒
- 好んで他人の 世話をすること
- 不思議の国の〇〇〇
- 電車の停車〇〇

☆前号の答え☆『シオヒガリ』

アボカドディップ

超簡単アボカドディップ! わさび・醤油・マヨネーズ・クリームチーズなどで好みの味付けを探すのも楽しいですね。

- ボールに種と皮を取ったアボカドを入れ、レモン汁を振りかけてフォークの背などで潰す。おろしにんにく・塩・こしょうで味を調えます。
- ①をサーモンやトマトと一緒に、クラッカーやスライスしたバゲットにのせれば完成です。食パンに溶けるチーズ&アボカドディップをのせてトーストしても美味しいですよ。

※ディップは冷凍保存も可能です。2週間程度で使い切りましょう。

材料

- アボカド 1個
- レモン 大さじ1
- おろしニンニク 適宜
- 塩・コショウ 適宜

《アボカドの豆知識》

正式名称はアボカド。「森のバター」と呼ばれますが、その脂肪分はコレステロールゼロの不飽和脂肪酸。皮下脂肪にならず、悪玉コレステロール値を下げる効果があります。食物繊維も豊富ですし、アンチエイジング効果や抗ガン作用、高血圧・動脈硬化症予防に効果のある成分も豊富です。

【住まいコンシェル ライファ水沢江刺】
(岩手共販株式会社)
奥州市水沢区佐倉河字天井町2-2

フリーダイヤル 0120-563-194
電話 0197-22-2040
FAX 0197-25-3180
メール lifame@iwakyo.co.jp
ホームページ http://www.iwakyo.co.jp

資格一覧

- ・二級建築士
- ・福祉住環境コーディネーター2級
- ・耐震診断士
- ・岩手県被災建築物応急危険度判定士
- ・岩手県高齢者向け住宅リフォーム相談員
- ・愛犬家住宅コーディネーター

住宅リフォーム 新築 太陽光発電 塗料・塗装機器

ライフア受付センター
=24時間365日いつでもつながる安心=
排水つまり・水漏れ・カギの緊急トラブルなど
お客様の『困った』を24時間サポート!!
コールさあ いい暮らし
0120-563-194

2014年7・8月号
ご愛読ポイント!
1ポイント=1円。
30万円以上の工事にご利用いただけます。有効期限1年。

\$1000 ポイント!