

# エコカラットのインテリアフレーム・コースター 手作り体験会を開催します!

参加費無料♪

※下記フリーダイヤルまでお気軽にお問い合わせ下さい。

**開催日時:**平成29年11月18日(土)・19日(日)  
10:00~16:00  
**開催場所:**石巻市大街道北3丁目4-93  
LIXILリフォームショップにて  
TEL 0120-973-190  
担当(赤坂・阿部)



しあわせをつくるウォール「エコカラット」は、空気を美しく整えるインテリア壁材です。季節をとわず快適な湿度を保ち、気になるニオイや有害な物質も低減します。デザインも豊富なので、空間コーディネートも自由自在です♪

先着20名様

エコカラットとモザイクタイルを、布張りしたフレームに貼るだけでインテリアフレームをお作り頂けます。コースターも作り方は簡単です。数に限りがございますのでお早めにご来店ください♪



**P** 駐車場を用意しております。

じゅんクリニック

6台分が当店用の  
駐車場です。

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

道路



## 快適 Life



ちょっとご注意

音(声)や匂いは近隣の迷惑にならないように気をつけましょう。マンションは管理規約等で、使用に関して決め事があるので、確認をしましょう。また、強風で物が飛んでしまわないように、収納や固定をきちんとすると良いですね。

## “バルコニスト”デビュー?

秋の柔らかい日差し“小春日和”に、家のベランダやバルコニーを外リビング・ダイニングとして活用して楽しむ“バルコニスト”デビューをしてみませんか?

小さなテーブル&チェアを出してお茶やランチをすれば、お外ライフの始まり。外用サンダルに履き替えなくても、室内からそのまま出られるよう、使わなくなったマット類を敷くと良いですよ。今年は十三夜が11月1日、満月は4日、ボジョレーヌーボー解禁日は16日。夜のベランダが活躍する機会も多そう。

ストールやひざ掛けをしながら秋の少し冷えた空気を感じるのも、新しい楽しみになるかもしれませんね。



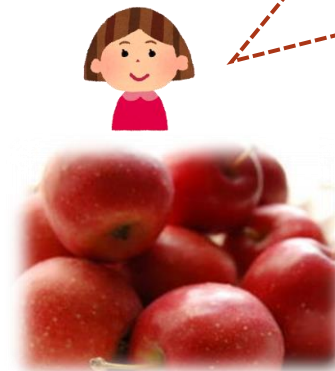
## かんたんレシピ

### 『姫りんごのジャム』

りんごの季節になりました。姫りんごを沢山いただいたので、りんごジャムにしました。普通のりんごでも作れます。ホットケーキミックスにジャムを入れてりんご蒸しパンにしたり、パニラアイスに添えても美味しいですよ♪

#### 材料

- 姫りんご (皮、芯を除いた正味) 約500グラム
- 砂糖 150グラム
- レモン汁 大さじ1
- 下ごしらえ用の薄い塩水



- ① 姫りんごは皮をむき、芯を取り、薄めの塩水に5分くらいひたし、その後水洗いする。
- ② 水洗いした姫りんごを適当に細かく切る。
- ③ 鍋に姫りんご、砂糖、レモン汁を入れ、焦がさないように弱火で混ぜながらじっくり煮込む。

11月7日は

立冬

「今日は、二十四節気のひとつ立冬です」とテレビやラジオなどで聞いたことがあると思います。ところで、二十四節気って？簡単に言うと1年を約15日ごとに分けた季節です。

二十四節気は、2600年前の中国の黄河地域の気候をモデルにして生まれたもので、日本の季節とはずれがありますが、農業をする上で便利だったので、日本でも導入されました。そんな二十四節気、全部言えますか？

春

立春(りっしゅん)、雨水(うすい)、啓蟄(けいちつ)、春分(しゅんぶん)、清明(せいめい)、穀雨(こくう)

夏

立夏(りっか)、小満(しょうまん)、芒種(ぼうしゅ)、夏至(げし)、小暑(しょうしょ)、大暑(たいしょ)

秋

立秋(りっしゅう)、処暑(しよしょ)、白露(はくろ)、秋分(しゅうぶん)、寒露(かんろ)、霜降(そうこう)

冬

立冬(りっとう)、小雪(しょうせつ)、大雪(たいせつ)、冬至(とうじ)、小寒(しょうかん)、大寒(だいかん)

メジャーなものから、マイナーなものまで.....

『小雪(しょうせつ)』耳にしたことはありますが、つい『こゆき』と読んでしまいました。

『立冬』は、二十四節気の『小雪』までの期間をさします。

冬が立ち上がる季節...冬のはじまりですね。

紅葉も見頃で、立冬の意味とずれはありますが、暦の上では冬がはじまります。

季節の変わり目は体調もみだれがち。風邪かな？と思ったら、自分にあった“MY風邪初期対策”を！ニンニクたっぷり餃子・しょうが入り味噌汁・カレーを食べる！など、色々な方法がありますね。また、昔から伝わる、しょうが湯・たまご酒・ねぎ湯などを取り入れてみるのも良いでしょう。免疫力・回復力を高めるには睡眠も十分取りましょう。症状が重い・持病がある・高齢の方は、無理をせず早めに病院に行きましょうね。



『しょうが湯の作り方』



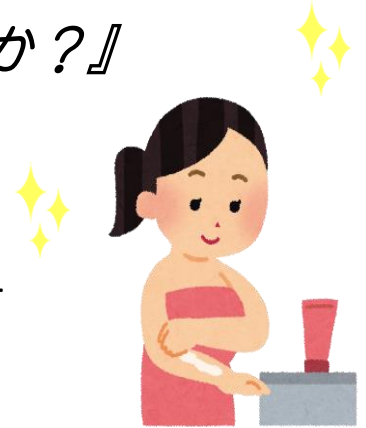
『たまご酒の作り方』

たまご1と砂糖小さじ1を入れ良く混ぜ、茶こしでこして小鍋に入れる。酒100ccを加え、弱火で熱しながら丁寧に混ぜ、とろっと温まったら完成です。砂糖を蜂蜜に替えたり、しょうがのしぼり汁を入れても良いですね。※煮切ってもアルコール分は残るので、お酒の弱い方、お子様には向きません。

Beauty

### 『マシュマロボディを目指してみませんか？』

お肌が乾燥する季節になりました。顔の保湿はしっかりやっているけれど、ボディの保湿は忘れがちになる方が多いと思います。寒くなると、入浴後すぐに服を着てしまって、保湿はやらすじまい.....皮膚が乾燥すると肌トラブルが起きやすく、かゆみが生じたり、気がついたらカサカサなんてことも！ボディクリームで保湿を行い、マシュマロボディを目指しましょう！



#### ■ 肌に合ったものを選ぶ

ボディクリームには、固めのクリームタイプから、軽いつけ心地の乳液タイプなどがありますが、自分の肌に合ったものを選ぶのが基本です。一度使って肌に異常があれば使用をストップすることはもちろんですが、肌に異常がでなければ、一定期間使用して効果を実感してみてください。

#### ■ ボディクリームを塗るタイミング

入浴後すぐにボディクリームを塗る時間がない！寒くて風邪をひきそう！そんな方は、お風呂から出る前！まだあたたかい浴室の中で体の水分を拭き取る前にボディクリームを塗ってみてはいかがでしょうか？体の水分とクリームの油分が混ざり、肌なじみもよく、クリームも少量でよく伸びます。最後にタオルで押さえるように体の水分を拭き取れば、しっとり肌の出来上がり！是非試してみてください。

### 本物探し

見慣れたリサイクルのマークですが、どこか違っているものが2つあります。では本物はどれでしょう？番号で教えてください。



答えは表面の  
かんたんレンピの下で

