

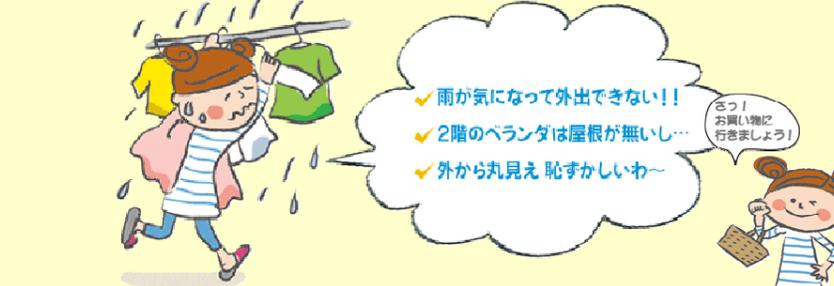


暮らしの悩みをズバリ解決



今お住まいの家、なんだか不便と感じたことはありませんか？住まいに関する悩みや不満を解消して、家族みんなが暮らしやすいワンランク上の快適な住まいを実現しましょう。

お悩み 洗濯物は外に干したい！
でも、突然の雨でびしょ濡れ



雨が気になって外出できない!!
2階のベランダは屋根が無いし...
外から丸見え 恥ずかしいわ~

ハイ! 解決 テラス囲い(晴れもようⅢ)を付けばいつも通りに干せて、花粉やほこりの心配もほとんどありません。

雨、花粉やほこりをテラス囲いでガード!



♡♡アドバイス♡♡
急な雨降りにも大丈夫ヨv(^)v
朝は晴れていたのに、午後から急に雨降りっていうときにテラス囲いはホントに重宝。
雨に濡れないのはもちろん、花粉や砂ぼこりからも守ってくれるのですよお~!!

晴れもようⅢ (テラス囲い)
アーバングレー色 (UC) / 間口2間×出幅6尺
間口: 引違い窓 (テラス)
両側面: 引違い窓 (テラス) / 塩ビデッキ
本体 (定価) ¥695,100 (ポリカーボネート)
※ガラス別途 ※網戸・竿掛けは、含まれておりません。



こんな商品も! **テラスがあれば、雨でも干せる!**
急な雨にも対応できるテラスは最低限必要ですよ
テラスを付けば、奥様も楽になります

メニーウエル (テラス)
サンシルバー色 (SLC) / 間口2間×出幅5尺 / パネル:ポリカーボネート・FRP板
本体 (定価) ¥131,400
前面パネル (定価) ¥64,500
※竿掛け・工事費は、含まれておりません。

なぜなの答え: ①男性 お父さん(え→お) ②一(横棒) ③国内産(濃くない) **皆さん全問正解出来ましたか?**

(株)原アルミ建材 三原市沼田西町小原 1488-1
TEL 0848-86-5600
原アルミ 検索

Spring 原! アルアル通信

2012年1.2.3月号

桃の節句も過ぎ、寒さもゆるんでまいりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか?

2011年(平成23年)3.11東日本大震災から早一年。

復興はまだまだのようですが、私たちは1日も早い復旧とみなさまのご健康を心よりお祈り申し上げます。

さて、ご存じでしょうか? 昨年終了した住宅エコポイントが「復興支援エコポイント」としてまたまたスタートいたしました。
内容は前回同様プラス、リフォーム瑕疵保険への加入、耐震改修の2通りが追加されました。詳しい内容は弊社までお問い合わせ下さい。(☎0848-86-5600)

さてさて次は.....
今年で3回目となります、原アルミ建材主催の「大感謝祭」を開催致します。予定は7月頃です。決まりましたら「号外」でお知らせしますので、楽しみにして下さいね。
地域の皆様に愛され続けて33年! 「原! アルアル通信」は皆様に喜ばれるような記事の掲載にスタッフ一同がんばりますので、よろしくお願い致します。

社長五六 ~ダイエット奮戦記②~

痩せたいと思った私は、いろんなダイエット方法をためしました。リンゴダイエットやバナナダイエットはもちろん、市販の飲むことで脂肪吸収を抑制するお茶など、様々なことをためましたが、私にはまったく効果がありませんでした。今思えば効果がでなかった理由がわかります。
それはなぜかとゆうと! 実はダイエットには法則があって、その法則にそって行えば、どんな方法でも痩せられることがわかったからです。
(効果に差が出ると思いますが.....)
その法則がわかったからこそ私は6カ月で19kgも痩せることが出来ました。
みなさん、その法則が気になりますか? 次回その法則のお話に入りたいと思います。乞うご期待下さい。

代表取締役 原 邦高

なぜなの

- 笑顔の江藤さんは 男性?女性? どちらでしょうか?
- 上を見れば下にあって、下を見れば上にあるものは?
- 世界のコーヒーを飲み比べました、その中で味の薄かったのは どこが産地?

何問出来たかな?

アルアルクッキング

ポン酢のあさり団子



今から旬の
あさりを使って



材料(2人分)

- A
- あさり(むき身)・・・100g
 - 鶏挽き肉・・・150g
 - 長ねぎ(みじん切り)・・・大さじ1
 - 塩・・・小さじ1/2
 - 酒、片栗粉・・・各小さじ2
- 鰹だし・・・2カップ
根三つ葉(5cm長さにざく切り)・・・1束
ポン酢・・・適宜



あさりには、鉄分などのミネラルや良質のたんぱく質を豊富に蓄え、グルタミン酸やコハク酸といった旨み成分もたっぷり。



作り方

- ボウルにAを入れ、手で粘りが出るまで、よく混ぜ合わせる。むき身が大粒の場合はまとまりにくいので、特によく練ること。
- 鍋に鰹だしを煮立てる。水で濡らしたスプーンで、1.をすくって団子状にし、鍋に落とす。2〜3分蓋をして、中までしっかり火を通す。
- 根三つ葉をどっさり加え、サッと全体を合わせてすぐに火を止める。
- 食べるときにポン酢をかけていただく。

あさりの下処理

砂抜きをして売られているあさりも多く、よく洗って水気をきるくらいで使えるが、砂抜きをする場合は、海水と同じくらいの濃度の塩水に、あさりをひたひたに浸し、最低30分〜半日は置くこと。ボウルの底に砂がたまればOK。
口を開けてピュッピュッと呼吸しないものや、においのするものがあれば、取り除いておく。むき身の場合は、殻のかけらなどが残っていれば取り除き、ザルにあげておくか、ペーパータオルを敷いた皿などにのせて余分な水分をきっておくといいい。

=取扱商品のご紹介= 三協立山アルミ㈱ 玄関引戸・ドア各種

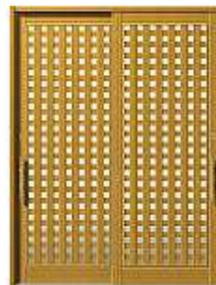
11.12月号でご紹介した玄関改修工事！こんなに玄関の種類も豊富なのですよ！（掲載商品は一部です）
カタログが必要な方はご連絡下さい。（☎0848-86-5600）



セレナ (引違)



和奏 (引違)



彩樹 (引違)



セレナ (引違)



スライイングドア



プロディ (片開)



モダーニ (親子)



ナチュレ (親子)



フレディア (片開)



プロディ (両開)

知って得する しっとるコーナー

なんと、風邪をひくと1回の咳で約10万個、1回のくしゃみで約100万個のウイルスが、空気中にばらまかれるそうですよ…！

風邪を防ぐ こんなワザ！

□呼吸？ 鼻呼吸？

□呼吸は乾燥した冷たい空気をそのまま吸ってしまうため、風邪をひきやすい。反対に鼻呼吸は鼻の粘膜や毛がウイルスなどを除去し、冷たい空気を温めて湿り気を与えるため、風邪をひきにくくなるので普段から鼻呼吸を心掛ける。

爪をもむだけで…

爪をもめば副交感神経が優位になって免疫力が高まり、風邪をひきにくくします。両手の薬指以外の爪のはえぎわの角を少し痛いくらいの強さで押しもみます。薬指は交感神経を刺激するので避けてください。

悪化を防ぐ こんなワザ！

回復が早くなる食べ物！

大根・・・消化を促し、のどの痛みやせきを鎮める
卵・・・消化がよくたんぱく質やビタミンなどを栄養豊富にら・・・胃腸や内臓の調子を整え、血行を良くする
梅干・・・熱を下げる作用がある
しょうが・・・せきやたん、冷え鼻づまりに効く
長ネギ・・・ねぎの白い部分は体を温める
なし・・・発熱による、のどの渴きを防ぐ

ひきはじめに効く ツボ治療！

手の表裏のほぼ同じ位置にある「感冒点」と「合谷」。ちょうど親指と人差し指の間のくぼみ部分を、もう一方の手の親指と人差し指で両方のツボを挟むようにしてよく押しもみましょう。

アルアルの気になるグッズ

ちょっと使ってみたいなと思った商品をご紹介します

バスパ



風呂湯保温器

電子レンジで加熱して浴槽に沈めると、遠赤セラミックボールが蓄熱してくれます。その効果は風呂フタ使用時で、約4時間から6時間も持続。追い炊き回数が減って節約にも効果的です。便利なコードレスタイプ。

¥7,600 円程度

バッグキャップ



開けてしまった食材の袋、輪ゴムや保存器を使う必要なし。(サイズあり)

¥525～997 円程度