

旬の味覚

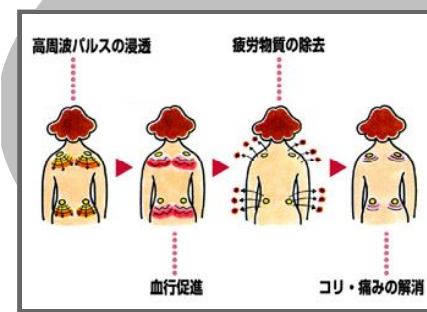
新キャベツ

ギリシャ時代は薬用、ローマ時代は健康食とされていたというキャベツ。日本での起源は、江戸時代の末期。戦後急速に消費が伸び、今では食卓に欠かせない野菜ですね。季節に合わせた品種が生まれ、一年中出荷されていますが、春を中心に回る春系キャベツ（新キャベツ）は、葉がみずみずしく柔らかで、黄緑色を帯びて巻きがややゆるい。ビタミンCが多く、生食用として味は最高です。また、葉ぼたんは鑑賞用に改良されたキャベツの一種です。



健康読本

高周波でコリをとる

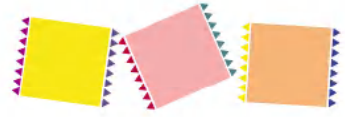


身体のコリは筋肉の緊張と血行不良のいずれかが解決された場合に緩解されます。これまでのコリ治療器は大部分が筋肉に作用し、筋肉の緊張を物理的にもみほぐすタイプのものでした。これに対し、高周波治療法では高周波パルスを血行が滞っている患部に断続的に送り血管を拡張。血行を良くすることで疲労物質を除去し、コリを内から治療するしくみになっています。このことから高周波療法は科学療法としてとらえられています。

知っておきたい エイジフリー住宅

部位別設計ポイントトイレ

●寝室と同じ階の、なるべく近くに配置します。寝室の隣にあると、移動距離が短くてすみ、移動中の事故や寝室との温度差が抑えられて安心です。
■要介護時に備えて——洗面室や浴室とも隣接していると、排泄前後の入浴のための移動が短くてすみます。またスペースは一般的には間口780mm×奥行き1400mmは確保。建設費の指針では、介護スペース確保のため、間口1350mm以上×奥行き1350mm以上を推奨しています。



住まいの広場

快適な住まいの情報はいつでもJICAから



3月15日 第9号

全自動お掃除トイレ『アラウーノ』



- 汚れをはじく、新素材（有機ガラス系）
汚れの原因は実は水アカ。水アカのつきにくい新素材がお掃除のテーマを省いてくれます。
- 新洗浄方式「激落ちバブル」
2種類の泡洗浄で、1回1回すみずみまでお掃除します。
- ズバッと流す「スパイラル水流」
うずまき状の水流により、少ない水量（5.7L/大洗浄時の場合）でパワフルに流します。

※詳しくは当店へ、お気軽にお尋ねください



卒業式・卒園式、3月は巣立ちの季節。成長した子供たちの晴れやかな笑顔を見るとうれしい反面ちょっぴりさびしくも感じる、そんなお父さんお母さんのやさしい眼差しが巣立つ子供たちを包んでいます。家だって同じ、家族みんながくつろげるやさしい眼差しで家族構成に合わせた住まいを作りたいものです。お客様のニーズに合わせ様々なご提案をしています。

安心・安全・快適な住まいをカタチにする

（有）山本建築工業

〒400-0032
山梨県甲府市中央5丁目2-6
TEL: 055-233-8873 FAX: 055-233-8860
E-mail: info@ymkn.co.jp
URL: <http://www.ymkn.co.jp/>

