



あなたの住まいと暮らしを豊かに、健康に、快適に。+エコ



## 新年なのにお部屋が… 3ステップで選んで設置できるコンパクト収納

【永大産業】

### 暮らしを彩るコンパクト収納「RURUBO」

生活動線上の壁に取り付けることで、必要なモノを必要な場所にしまえるコンパクト収納です。



プランニングは

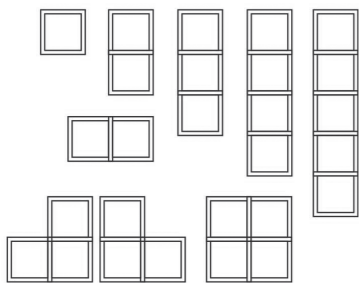
- ① ボックスの種類 (9種類)
- ② 背板の色柄 (7種類)
- ③ オプション (7種類)

を選択するだけの3ステップで完成。

背板・扉色柄は、7柄を取り揃えてあり、永大産業の他の製品群とのカラーコーディネートも可能。  
壁埋め込み、壁付けのいずれでも設置可能な製品で、ボックスは完成品で納入するため、施工に手間がかかりません。  
設置場所や用途に特化した専用ボックスも用意されています。

選べる：RU  
×  
並べる：RU  
×  
ボックス：BOX

#### ① ボックスの種類を選択



#### ② 背板の色柄を選択

スキスムSに対応

木目柄		単色	
WH ハーモニック ホワイト柄	PP パール パール柄	LN ネイキッド ライト柄	PH 単色 ホワイト柄
GM グレース ミディアム柄	CB シボコ ブラウン柄	DB ディーブ ブラック柄	

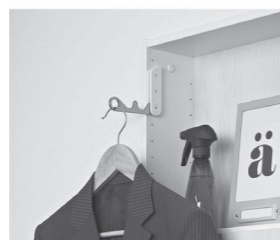
- ・ポイボックス
- ・ミニポイ
- ・ポイカケ
- ・木製扉
- ・ホワイトボード扉
- ・フラットバー
- ・可動棚



ポイボックス



ミニポイ



ポイカケ

詳しくは弊社まで  
お問い合わせください。



～より良い住環境をつくり手とともにすまい手へ・・・～

**株式会社 樹徳**

お問い合わせ・ご相談は ☎ 0120-026-560

〒330-0804 さいたま市大宮区堀の内町1-697

TEL:048-658-5600 FAX:048-658-5605

URL: http://masutoku.jp/

## 伊奈をゆく

バラのまち伊奈町の魅力再発見

「伊奈町立郷土資料館」では、原始時代を始めとし、この地に住んでいた人々の生活をうかがい知れる、見ごたえのある展示物をご覧頂けます。是非一度足を運んでみてくださいね。今後「Life up」では、伊奈町の歴史を分かりやすく特集していきます。

#### Information

##### 伊奈町立郷土資料館

所在地：伊奈町大字小室3001番地  
(伊奈町立南中学校校内) 駐車場有  
アクセス：埼玉新都市交通伊奈線  
(ニューシャトル)丸山駅徒歩5分

休館日：月・木・金曜日・国民の祝日  
(こどもの日、文化の日は開館)、  
12月28日から翌年1月4日

開館時間：午前9時～午後4時

お問い合わせは伊奈町教育委員会生涯学習課まで  
TEL 048-721-2111 (代)



#### 新年のご挨拶



2019年も大変お世話になり、ありがとうございました。

10月号から「Life up」は、「ディスカバー伊奈」をコンセプトに、

伊奈町にフォーカスした内容を少しずつ増やし、皆様へお届けしています。

これからも、伊奈町をもっと好きになってもらえるような地域情報誌を目指していきますので、

どうぞ宜しくお願い致します。





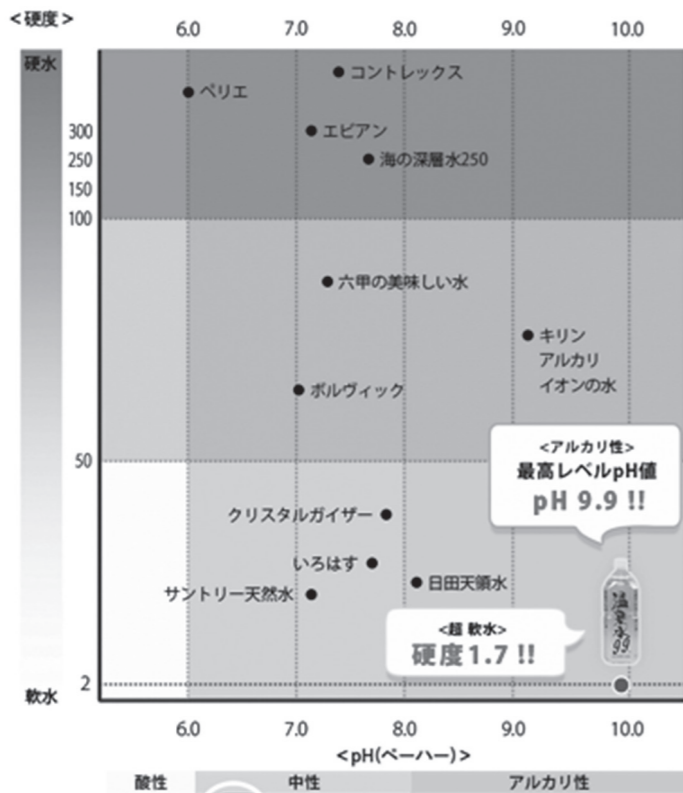
# 風邪の予防は「アルカリ性の軟水」から。



風邪の予防は免疫力を日頃から高め、風邪をひきにくい体づくりをすることが大切。毎日十分な水を取り、体のすみずみまで潤いを。体内のpHバランスも整える「アルカリ性の軟水」を少しずつ飲む習慣がポイントのようです。



のどが渇く前に、ちびりちびりと少しずつ飲む。



「たかが、かぜ」、「ただの、かぜ」と思っていたらインフルエンザだったということもあります。チェックリストをご参考に。

- のどの痛みがある
- くしゃみ・鼻水 (あるいは鼻づまり) が出る
- 咳が出る
- 頭痛がする
- 激しい悪寒がする
- 関節痛がある
- 激しい倦怠感・疲労感がある
- 熱は38度以上ある
- 地域・学校・会社などでインフルエンザが流行している

チェック項目が多い方は、インフルエンザの疑いが。特に最後の3つに当てはまる人はインフルエンザの疑いが濃厚。速やかに医師の診察を受けましょうね。



水道水や一般的なミネラルウォーターはpH7前後(中性)  
出典：ミネラルウォーター Book (朝倉出版社 2008年6月25日発行)



## 簡単「昆布つまみ」レシピ

- 1. 食物繊維  
アルギン酸、フコイタン、腸からアンチエイジング
- 2. 色素成分  
フコキサンチン、抗メタボ、抗酸化
- 3. うまみ成分  
グルタミン酸、減塩、胃もたれや過食を防ぐ

体が喜ぶ  
知られざる  
昆布パワー

### 昆布とりんごの春巻き

材料(4人分)

昆布	15cm
春巻きの皮	4枚
りんご	1/2個
にんじん	1/4本
揚げ油	適量

- 作り方
- 1 皮をむいたりんごを楕円形に8等分し、塩水につける。
  - 2 昆布とにんじんを、りんごの長さに合わせて短冊に切り、茹でる。
  - 3 りんごの間に昆布とにんじんをはさみ、サンドイッチのように重ね、春巻きの皮でゆとりを持って巻いてから油で揚げる。
  - 4 2つに切っていただきます。



もっと知りたい方は「北海道ぎょれん おすすめレシピ」サイトへ

何かと話題を提供してくれる「無印良品」

## ラク家事を叶える 収納グッズ

移動できて便利!



キャスター付き収納は置く場所を限定せず、必要な場所に簡単に移動できるので、どこでも遊びをはじめてしまう、子供にもぴったりの収納アイテムです。無印良品の『ポリプロピレン収納』は種類も多く、組み合わせが可能な使い勝手抜群の収納アイテム。そこに、『ポリプロピレン収納ケース用キャスター』を取り付けます。

## 最新ライフスタイル「サブスク」もう使っておられますか? サブスクとは?

サブスクリプションサービス

いわゆる「使い放題の定額制」と同じ意味合いです。月額で音楽や動画を視聴したり洋服をレンタルしたり、近年様々なサービスで見られる料金形態のことです。

Amazonプライム

プライム会員になれば送料が無料、日時指定便やお急ぎ便の利用も無料に。その他、映画やドラマ、アニメが見放題の「Prime Video」や音楽聞き放題の「Prime Music」などAmazon関連のサービスが利用できるようになります。これだけ特典がついてきて月額たったの400円です!



『Amazonプライム』  
料金:400円/1ヶ月 無料お試し期間:30日間  
●詳しくはコチラから/Amazon.co.jp: Amazon Prime