

音楽会開催のお知らせ

◆初めての方でもお気軽にお越しください◆



快い空間で音楽を聴きながら、
しっとりと癒しの
時間を過ごしましょう



今回の音楽会はピアノ・バイオリンのコンサートです！
当社の音楽会では、2度目の辻田結城彦さんのバイオリンコンサートです。前回もクラシック音楽から美空ひばりさんまで幅広く演奏していただき、大好評でした。今回も演奏をスタッフ一同楽しみに行っています。
是非、当社ショールームへお越し下さい！！

3月26日（土）午後6：30より受付
午後7：00開演

参加費無料 場所:当社ショールーム

参加ご希望の方は、お電話又はお葉書でご予約下さい。

ご予約は…(株)三浦建設 TEL:0774-32-8483
定員50名になり次第締め切らせて頂きます。

Heart Home 豆知識

春の使者

暖かくなると、町中でも野鳥を見かけるようになります。その中でも代表的なものはツバメではないでしょうか？ご存知のようにツバメは渡り鳥で、毎年3月頃になると、日本よりはるか約4kmも離れたベトナムやフィリピンなどの東南アジアから子育てをしにやってきます。

夏を日本で過ごすので夏鳥といわれています。一般的に渡り鳥は群れて渡ってきますが、ツバメはそれぞれ単独で渡ります。太陽の位置をたよりに1日300km以上も飛びます。

ツバメは昔から、とても身近な存在です。例えば、「ツバメが低く飛ぶと雨が降る」など伝えられていることがあります。これは、低気圧が近づくと昆虫などが低く飛び、それをエサにするツバメも低く飛ぶからという科学的根拠があります。

また、「ツバメが家に巣をつくると縁起が良い」などもあります。これも、ツバメがハエやカなどの害虫を食べるので、人間にとって有益なことからこのようにも伝えられています。

知って得する

家庭の医学



花粉症対策

最近になって、花粉症の真の原因は花粉ではなく、大気汚染や人々の生活スタイル、食生活の変化による体質の変化に伴い、腸管免疫系の異常が重要な要因として、指摘されるようになりました。

腸、特に小腸は体全体の約60%の免疫細胞や抗体を持っているので、健康維持においてとても重要な役割を担っています。そのため、小腸の免疫細胞の数や質のバランスが崩れると、花粉症になりやすくなるのです。

この腸内環境の乱れに有効に働いてくれるのがヨーグルトです。

ヨーグルトに含まれる乳酸菌(善玉菌)の働きで腸内細菌のバランスを整え(腸の粘膜を強くする)花粉症の症状を和らげてくれますのです。ヨーグルトは、無糖・加糖、ドリンク状、自分で育てるカスピ海ヨーグルトなど種類も多様にあります。乳酸菌入りのものであればどのタイプでも効果に問題はありませぬ。

乳酸菌飲料や乳酸菌サプリなどでも効果は同じです。量や食べる時間などの決まりもありませんので、朝ごはん、夜のおやつに、日ごろから毎日の食卓にプラスされる事をお勧めします。



LOHAS~ロハス~

(Lifestyles Of Health And Sustainability)

「紙パック」「ペットボトル」「缶」の賞味期限？

同じ成分で作られたドリンクでも、それぞれ賞味期限が違うのだそうです。



◆紙パック…ご想像通り、他と比べ強度が低く空気を通すので、長期に渡り放置しておくと、ドリンクが染み出たり、品質が落ちてしまいます。紙なので、材料費が安く抑えられる反面、長期保存には向いていません。

◆ペットボトル…これも粒子レベルですが、空気を通してしまい、品質を落としてしまいます。また、光の影響を受けやすく劣化を早めてしまうため、意外にも賞味期限は短めに設定されています。

◆缶…光の影響を受けにくく、空気も通しません。そして、他の容器に比べ強度もある。ということで、缶が一番賞味期限が長く設定されています。

なにげなく買ってしまうドリンクですが、その時の状況に合わせて「紙パック」「ペットボトル」「缶」と買い分けるのもムダをなくし、エコにつながるかもしれませんね。



リフォームされたい方、
ご関心のある方、不動産お探しの方、
建て替えお考えの方、
お気軽に御相談下さい。

小さな修繕から大改造まで当社の
コーディネーターがご提案させて頂きます。

■URL : <http://www.kk-miura.com>



(株)三浦建設

〒611-0002 京都府宇治市木幡須留1-189

TEL: 0774-32-8483 FAX: 0774-32-6730

URL: <http://www.kk-miura.com>

Office mail: office@kk-miura.com