

すてきなお店紹介

気軽に全身リフレッシュ!



# リラクゼーションカイロ 健健

住所 / 洲本市大野 687 定休日 / 不定休  
 営業時間 / 10:00 ~ 20:00 ※完全予約制  
 代表 / カイロプラクター 庄瀬 綱人  
 TEL / 090-7761-0500 または 090-6980-6870

「リラクゼーションカイロ健健」は洲本市大野にあるカイロプラクティックを受けられるお店です。カイロプラクティックとはアメリカ発祥の手技療法のこと。骨、特に脊椎の歪みを手で矯正することによって、痛みの軽減や機能改善を図る技術です。健健ではお客様一人ひとりに合わせた丁寧な施術を、リーズナブルなお値段で提供しています。カイロの他に健康グッズやサプリ等も販売。お客様の健康を総合的にサポートします。気になる体の不調に、体の歪みチェックに、ぜひお気軽にお越しください!

## リラクゼーションカイロ 健健 施術料金

初診料	4,800円
一般施術料	3,800円
会員料金	3,000円
中・高校生	2,000円
※初診の場合、上記に+1,000円	
小学生以下	1,000円
※初診の場合、上記に+1,000円	

※価格はすべて税込みです。

施術料+1,000円で  
島内出張施術も  
承ります!



### 施術項目

ヒザの痛み / ねこ背 / 神経痛  
 スポーツ障害 / 更年期障害  
 骨盤調整 / 不眠症 / めまい  
 肩こり / 腰痛 / しびれ 他

### こんな人にオススメ!

- ◆ デスクワークが長い方
- ◆ スポーツをしている方
- ◆ 成長期途中の中・高校生

### ユーカリ特典クーポン

健康グッズ・  
サプリ等の商品 **8% OFF**  
 このユーカリ通信をご持参ください  
 有効期間: 2019年6月30日まで



◀自宅に居るかのよう  
な感覚で、リラク  
クスして施術を受け  
ることが出来ます。



いよいよ今月で平成も終わり。このユーカリ通信が皆さんのもとに届くころには新元号も公表され、来月からは新しい元号の年が始まります。皆さんにとって平成はどんな年でしたか? これまでを振り返ってみたり、旅行や大掃除など普段はしないようなことをして、平成最後の1ヶ月を噛み締めてみるのも楽しいかもしれません。



# IMOTO

井本産業株式会社

〒656-0143  
 兵庫県南あわじ市中条中筋1578-2  
 TEL. 0799 (45) 1031 (代) FAX. 0799 (45) 1035  
 [ホームページアドレス] <http://www.imotosangyo.jp>



井本産業 HP



リファイン HP

リフォームなら **リファインあわじ緑** TEL: 0799(45)1555

ハートで  
おつきあい



ふれあい企画

初心者  
向け!

# ヨガ 体験教室

2019.5.17(金)  
14:00 ~ 16:00

健康で美しい身体づくりに、心の不調の改善に、様々な効果のあるヨガ。「興味はあるけれどどうやって始めればいいのかかわからない」「初心者だから気恥ずかしい」と思ったことはありませんか? そんなあなたに、初心者向けのヨガ体験教室のご案内! 皆様のご参加をお待ちしております。

場所	リファインあわじ緑「ハッピールーム」
参加費	500円 定員 10名
講師	富岡和代先生
持ち物	タオル・水などの飲み物・動きやすい服装 ※食事はレッスンの2~3時間前までにお済ませください。
締切	5月10日(金)

お申込み・お問合わせは  
**井本産業(株)**  
TEL:0799-45-1031  
まで



## 日焼けは夏場だけじゃない!? “春焼け”対策!

冬の寒さもなりをひそめ、暖かい季節がやってきました。気温が上がると気になるのは紫外線。日焼けといえば夏のイメージですが、紫外線の量は4~5月ごろから増え始めます。「暑くはないから大丈夫」と思っていると、知らず知らずの内に“春焼け”しているかも? 油断しがちなこの時期こそ、しっかり日焼けの対策を!



### ○3種類ある紫外線

春焼けの原因はコレ!

#### UV-A

紫外線の約95%を占める。肌の真皮層まで届き、シミやシワの原因になる。

#### UV-B

紫外線の約5%を占める。肌の表皮に影響を及ぼし、日焼けやシミの原因になる。

#### UV-C

人体へ最も悪影響を及ぼすがオゾン層で吸収されるため地表までほとんど届かない。

### ○日焼け止めはどれを使う?

日焼け止めには「PA」と「SPF」、それぞれの数値が記載されています。「PA」はUV-Aを、「SPF」はUV-Bを防ぐレベルを表しています。「春焼け」の原因はUV-Aなので、日焼け止めを選ぶときは「PA」の値に注目しましょう。目安は以下のとおりです。

普段使いの場合: PA++  
長時間外出する場合: PA+++

逆に、「SPF」は15~25程度のもので十分です。日焼け止めのほかにも、サングラス、帽子、ストール、日傘など、日焼け防止グッズも合わせて活用すると◎。

# IMOTO流 リフォームの知恵袋

## シーン・生活パターンで選ぶ

クロスを張り替えるのはどんな部屋？ 台所、寝室、子供部屋… お部屋での過ごし方によって、チョイスするクロスは変わってきます。

### リビング

家の中心的な場所であるリビング。床材やドアに合わせたベージュ・グレー系のクロスはお部屋に統一感を、白を基調としたシンプルなクロスは部屋を広く見せることで開放感を生み出します。

### 子供部屋

子供の成長に合わせたチョイスがポイント。カラフルで楽しい色柄のクロスは、幼少期の感性を育みます。

## 色柄・質感で選ぶ

クロスの種類は色柄・質感によって様々です。クロスをお部屋に合わせるもよし、部屋をクロスに合わせるもよし。幅広いコーディネートを楽しみましょう。

### こんな質感のクロスがあります



石目調 織物調 和調

### 例えば淡い色を選ぶときは…

一見して違いがわかりにくい淡い色のクロスも、基調となる色で印象は大きく変わります。グレー・ブルー系ならモダンな印象に、グリーン系ならば安らぎや清潔感を演出します。

## 機能で選ぶ

クロスを張り替えて変わるのを見た目だけではありません。暮らしの質を向上させるため、様々な機能を持ったクロスもあるのです。

### ペットのいるお家には

ペットの室内飼育で気になるのは臭いや引っかき傷。「エアファインパワー（消臭壁紙）」はペットの気になる臭いに、「表面強化壁紙」はペットの爪とぎや体のこすりつけに効果的です。

### 寝室には

寝ている間も水分は失われていきます。「吸放湿壁紙」は、余分な水分を吸収し、室内の湿度をコントロールします。

## ～クロス張り替え編～

張り替えるだけで部屋全体の印象がグッと変わるクロス。4月を迎え心機一転、お部屋のプチリフォームをしてみませんか？ クロス選びのポイントをご紹介します！

### クロス汚れの原因は？

- ・手垢 ・タバコのヤニ
- ・ホコリ ・カビ ・落書き
- ・尿石(トイレ) ・日焼け など

### クロスの替え時は？

築10年を越えたところからキッチン・リビングのクロス張り替えを検討する時期に入ります。

インテリアコーディネーター坂井があなたに合う壁紙を選びます！

店頭には様々な材質・色のサンプルもご用意しております。お気軽にお越しください。



坂井

## ふれあい企画 3月13日(水)・16日(土) お花見 お料理講座 を開催しました！

3月13・16日、リファインあわじ緑のフリースペース「ハッピールーム」にて、「お花見お料理講座」を開催しました！ 当日は、お花見いなりや豚と野菜の彩りフライなど、お花見にピッタリな華やかメニューをご用意。最新のガスコンロと省エネ万能鍋「ヨシノ鍋」を使った調理をご体験いただきました。



### ❖ 1日目 (3月13日)



最新ガスコンロとヨシノ鍋でのカンタン調理を体験！



おまんじゅうの種づくり♪ マルチグリルで作れちゃうんです！

### ❖ 2日目 (3月16日)



便利で省エネな「ヨシノ鍋」に みなさん興味津々です



桜の枝と一緒に、一足早いお花見気分♪

合計 8 名のお客様にご参加いただきました！ ありがとうございます！



## あご入り 鰹ふりだし クッキングレシピ



### いんげんの胡麻和え

<材料> (2人分)

- さやいんげん・・・約30本
- すり胡麻・・・大さじ2
- 砂糖・・・大さじ1
- あご入り鰹ふりだし・・・1/2袋

### <作り方>

- ① さやいんげんは筋とへたを取って茹で、2～3等分にカットしておく。
- ② ポウルにすり胡麻、砂糖、あご入り鰹ふりだしを入れて混ぜておく。
- ③ ①と②をよく混ぜて出来上がり！

※あご入り鰹ふりだしは当店でお取り扱いしています。

いんげんは茹でた状態で冷凍しておくと、使えて便利です。



## かしこく選択しませんか！

### ガラストップコンロ



購入すると...  
136,000 円～ (税込)

### ガス給湯器 ECOジョー



給湯専用 80,000 円～ (税込)  
追い焚き機能付き 160,000 円～ (税込)

### リースすると...

5年間リース 月々 2,600 円～ (税込)  
7年間リース 月々 1,200 円～ (税込)  
追い焚き機能付き 月々 2,200 円～ (税込)

※期間がくると ①最新機器に再リース ②リース料3ヶ月分で買い取り からお選びいただけます。

### 標準工事費

12,960 円～ (税込)

給湯専用 12,960 円～ (税込)  
追い焚き機能付き 23,760 円～ (税込)

※部材費別途

## 灯油・電気からの取替もカンタン！

あなたのお家に合った商品をご提案します。お気軽にご相談ください！