

やまとらだより



YAMAとら

みなさんこんにちは、フィアスホーム岐阜南店山田です。
今年の夏は涼しい感じで始まりましたね。
やまとらだよりが届くころにはどうなっているのでしょうか？
OB感謝祭の日から、暑さもかなり厳しくなってきました。
暑くなると食欲もなくなりがちですよ。
旬の食材を摂り健康的に！旬の食材はその季節に必要な
栄養素があるといわれています。
やまとら8月号もスタッフ力満載でお届けします！



社長山田

夏の感謝祭 ❷ 来場ありがとうございました

前日近づいた台風の影響も心配されましたが、この日ばかりは汗ばむほどの快晴夏日となりました。
たくさんのお客様に喜んでいただこうと、
スタッフ全員毎年思考を重ねて開催しております。
流しそうめんやスイカおりは例年と同じ催しものですが、
今回は小さなお子様にもっと楽しんでもらおうと
クイズ形式の【なぜときの館】を企画しました。なかなかの難題クイズでしたがすく楽しんでいただけて
「これはやる価値あり!」と嬉しそうに景品の宝箱をお父様に自慢しながら言ってくださったお子様をみてすく嬉しかったです。貯金箱や万華鏡もみんな思い思いの
いろんな作品がたくさんできて、賑やかなお祭りとなりました。BBQのお肉も国産の黒毛和牛なんですよ〜
後でスタッフも頂きましたが、おいしかったです。〇〇
岐阜南店の愛が皆様が届いていますように^^
❷ 来場いただいたお客様、本当に有難う
ございました。 総務 古屋



リフォーム
アフター相談
受付中



築10年が 外壁塗装の目安



吹野

外壁塗装は定期的におこなうことで、大事な家を長持ちさせることができます。
10年くらい経過すると、長年の風雨や紫外線により、色あせや塗膜の劣化がでてきます。
目地のコーキングのひび割れによる雨水の浸食。これも新しくすることで大事なお住まいを雨風から守り、新築のような輝きを取り戻すことができます。また、新築時とは違ったデザインや色味に変更することもでき、今までと気分転換をすることも可能です。

外壁塗替・コーキング補修・水回りリフォーム・介護リフォーム



旬のトマトで 夏バテ予防

トマトの栄養

夏バテに効果があるといわれているビタミンB1・B2、カリウム、クエン酸が豊富で、食欲増進や疲労回復の効果があります。またリコピンは美肌やアンチエイジングに効果があるので、夏バテや紫外線によるダメージを防いでくれます。

おすすめはミニトマト

ミニトマトは、100gあたりのリコピン量が普通のトマトより多いです。リコピンは赤いものほど多く含まれているので、リコピンを摂りたいなら真っ赤に熟したものを選びましょう。

トマトはオリーブオイルと一緒に摂ると効率的に栄養が摂れることが知られています。また加熱することで吸収率がアップするので、サラダだけでなく料理の素材に活用してたっぷり食べましょう。

快適 くらしの豆知識

家で美味しく
ビールを注ぐには？



ビールが美味しい季節です。家庭でも飲む機会が増えますが、意外と難しいのがビールの注ぎ方。上手に注ぐには高い位置から勢いよく一定のスピードで注ぎ、泡がグラスの縁まできたら注ぐのをやめるのがポイント。しばらくそのままにして泡が落ち着いたら飲み頃です。美味しく飲むためにはキンキンに冷さないで6~8℃でのみましよう！



おいしくカンタン!! さっと作れる 5分レシピ

ラビオリのクリームソースがけ

1人分...約478kcal

- ①挽き肉に塩・こしょうを加え混ぜ合わせる
- ②餃子の皮で①とピザ用チーズ、ミックスベジタブルを少量ずつ包み、沸騰した湯に②を加えて5~6分茹でてから水気を切っておく
- ③玉ねぎはくし切りにし、セロリの茎の部分をひと口大に切る。にんにくはみじん切りにしておく
- ④オリーブ油を温めたフライパンで③を炒める
- ⑤④にバターを加えて溶かし、小麦粉を少しずつ加えながらよく混ぜ合わせる
- ⑥⑤に牛乳と塩・こしょうを加えて、なめらかになるまでよく混ぜながら加熱し、②とミックスベジタブルを加えてさっと絡めれば出来上がり



<材料> 4人分
 牛・豚合い挽き肉...100g
 塩・こしょう...少々
 ピザ用チーズ...30g
 ミックスベジタブル...適量
 餃子の皮...20枚 玉ねぎ...1/2個 セロリ...1本
 にんにく...1かけ オリーブ油...大さじ1 バター...40g
 小麦粉...40g
 牛乳...200cc 塩・こしょう...少々

フィアスホーム岐阜南店

新築・建替

キャンペーン

ご紹介

期間 2019.8/1~9/30



ご成約者様

デザイン施工30万円分
プレゼント提案いたします。

ご紹介者様

ご紹介特典
2,000円分
クオカード進呈

ご成約特典
謝礼10万円進呈

SNS発信中

夏期休暇のご案内

8月10日(土)~8月15日(木)

8月16日(金)より通常営業

誠に勝手ながら上記の日程にて
夏季休暇とさせていただきます。



コーディネーター目線からお家の写真をUP



お施主様との記念行事を公開中



スタッフブログ、イベント情報など



LIXIL住宅研究所 FC 加盟店

フィアスホーム 岐阜南店

ヤマカトラストホームズ株式会社



0120-551-570