

# 何の日？

## 10月10日は「目の愛護デー」

「目の愛護デー」の歴史はとても長く、60年以上もの歴史があります。1931年(昭和6年)、中央盲人福祉協会が失明防止に取り組むために「視力保存デー」として制定。その後、1947年(昭和22年)に現在の形となりました。10月10日の理由は、「10」を横に倒した形が目と眉に見えることからだそうです。



人間が体の外から受ける情報の約80%は目から入ると言われています。ふだんから大切な目をいたわりましょう。

現在は、厚生労働省が主催となり、毎年、目の健康にかかわる活動が進められるほか、全国でも目の大切さを呼びかけるさまざまなイベントも行われているようです。

### 現代の目の悩み

パソコンやスマホなどの普及により、目の不調を訴える人が増えています。目が重くてショボショボしたり、目がぼやけたり、かすんだりすることが主な症状。ひどくなると、肩こりや頭痛が起こることもあります。パソコンやスマホを使うときは、1時間に10分程度は休憩を取ることをおすすめします。テレビやパソコンの画面は、見上げるよりも少し下に見る方が疲れにくいそうです。



視覚障がい者の良きパートナーです

ちなみに、1972年10月10日には、盲導犬と視覚障がい者への理解を深めてもらう啓発活動として、第1回アイメイト・デーが開催されたそうです。

### スタッフ紹介



株式会社 笠原建設  
代表取締役 鈴木 秀城

リフォームのお見積りは無料です。  
お気軽にお問い合わせください。



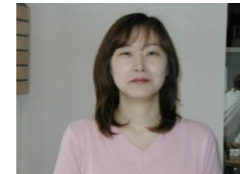
新潟店 店長: 増田 努  
最近コロナの影響もあるのですが、何でもかんでも品物が高騰し財布の中がすぐに空になります。スーパーでの買物でお金を支払う時も実感します。



エンジニア: 玉木 孝一  
マラソン大会で久しぶりに42キロを走ります。練習不足と体重増加が悩ましいところですが、周りに流されず自分のペースでのんびり楽しく走りたいと思います。



エンジニア: 花野 克輝  
今年の9月より笠原建設新潟店に入社致しました花野と申します。一日でも早く、皆様のお役に立てるよう、精進して参ります。宜しく願ひ致します！

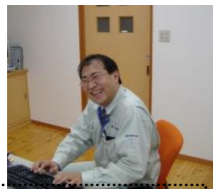


コーディネーター: 高井 道子  
コロナが感染拡大してから、県外に住む兄弟夫婦も数年帰省していません。今年こそはと予定していましたが、結局お盆も帰らず9月になりました。顔を忘れそうです…。



パートバイザー: 山田 明日香  
8月に津南町のひまわり畑を見に行き来ました。広大な土地にたくさん咲くひまわりに元気を貰った気がします。まだ続く残暑も乗り切っていきたいです。

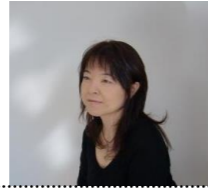
### 上越店 スタッフ 紹介⇒



店長: 松木 雅人



鈴木 俊介



サブマネージャー: 青柳 由美



金子 麻衣子

LIXILリフォームショップ 笠原建設 新潟店 (株式会社 笠原建設)  
〒950-2003 新潟市西区東青山1-2-2  
営業時間…8:30~17:30 定休日…毎週水曜・年末年始・GW・夏季  
フリーダイヤル…0120-306-144 ※2019年4月~営業時間・定休日を変更いたしました。

### 熟語探しの答え 常識的

知的財産 諸行無常 危機意識  
A B C



ライフ青山がLIXILリフォームショップにステップアップ!

## リクシル・スタイル

LIXILリフォームショップ  
笠原建設 新潟店  
0120-306-144

2022年秋号

リフォーム専門店「LIXILリフォームショップ 笠原建設 新潟店」が、暮らしのちょっとした情報をお届けします。

### 店長のひとこと



いつも大変お世話になっております。店長の増田です。清々しい秋の気配が感じられる季節になりましたが、皆様にはお変わりなくお過ごしでしょうか?10月1日(土)、2日(日)にLIXIL新潟ショールームで、リフォーム相談会を実施致します。お住まいのお困りごとでも何でもこの機会にご相談ください。皆様におかれましては、お喜び多き秋となりますことを、心よりお祈り申し上げます。

2022年9月25日発行



### お得情報 ※詳細は当店までお問い合わせください。

その① 10/1・2「なるほどリフォーム・リノベーション相談会」開催! ※別紙チラシをご覧ください

その② 毎回好評「オンラインセミナー」開催!  
10/2(日) 13:30~14:00

相談会にて毎回好評のオンラインセミナーを同時開催致します。今回のテーマは「後悔しないためのお風呂選び」です。もちろん参加費は無料です。セミナー参加者全員にお楽しみ袋のプレゼントもあります! この機会にぜひお気軽にご参加ください!

### オンラインセミナー開催!

後悔しないための  
浴室選び  
10/2(日) 13:30~14:00  
予約制 参加無料

セミナー講師より「浴室の歴史の移り変わり」と、「浴室選びに必要なポイント」を約15分、お話しさせていただきました。

その後、LIXILショールームコーディネーターへバトンタッチをして、「LIXILの浴室おススメポイント」を約15分紹介させていただきます。

参加者全員に  
お楽しみ袋  
プレゼント!

その③ 「無金利リフォームローンキャンペーン」開催中!  
金利0円で毎月の負担を軽減出来ます!  
金利手数料をLIXILが負担します。11/30お申込分まで

その④ 秋の「お庭リフォームキャンペーン」開催!  
ガーデンルームやデッキなどの対象商品をご成約のお客様に、購入サポート資金商品券をプレゼント!

LINE 公式アカウント  
友だち募集集中  
@180nipyw  
LINEの「友だち追加」から、ID検索するかQRコードをスキャンしてください

その⑤ LINE公式アカウントははじめました!

ぜひ友だち登録をお願い致します!!  
お得意様特典として10月の相談会にご来場いただき、友だち登録された方にはお楽しみ袋もプレゼント!  
友だちになってお得な情報をGETして下さい!

※確認のため友だち追加後、ご住所とお名前を送ってください。  
例) 東青山1-2-2 笠原です



エクステリア(外構)工事限定!  
ご自宅気軽にリフォームのご相談!  
LINEでかんたん見積り  
リフォーム箇所の写真と商品をご連絡いただくだけで簡単に見積りをご依頼いただけます。



## Health

### 手の乾燥を防ぎましょう



指先のマッサージ効果で血行促進にもつながります

イラストA

#### 効果的なハンドクリームの塗り方

- ①説明書にある適量を手のひらに取り、広げながら両手で温める。温めることで伸びの良さが違う！
- ②手の甲につけ、反対の手で優しく押しながら全体に広げ、なじませる(イラストA)。
- ③両手の指を組み、上下に滑らせるようにして指と指の間もしっかり塗ります。
- ④指先や爪、爪のまわりなども優しく塗り、指先をつまんでなでながら指を抜くように放します(イラストB)。

秋は比較的過ごしやすい季節ですが、実は乾燥が始まる季節でもあります。そこで手の乾燥を防ぐケアの方法などを紹介します。

#### ①ハンドクリームの前に化粧水をプラス

日中はなかなか難しいかもしれませんが、夜のお手入れの際に化粧水を手にもつけて、ハンドクリームを塗ることで保湿効果が高まります。

#### ②アルコール消毒後にもハンドクリームを

今では手のアルコール消毒が日常に。何度も繰り返すと手も乾燥してくるので、こまめにハンドクリームを塗りましょう。今では、除菌もできるハンドクリームも見られるのでチェックしてみると良いですね！



ビタミンEは血行促進に効果的。ビタミンCは皮膚の回復力を高めてくれるそうです

尿素配合のものは、硬くなった角質をやわらかくしてくれる働きがあります

手のお悩み別でおすすめのハンドクリームがあります。ガサガサした手やあかぎれがある手には、ビタミン系を配合したものがおすすめ。かさつきや粉ふきには保湿系を。セラミドやヒアルロン酸、コラーゲン配合のものがおすすめ。皮膚のごわつきには、尿素配合がおすすめ。ただし、皮膚が弱い人や敏感肌の人、ひび割れがある人は避けた方が良いでしょう。

## かんたんレシピ

### かぼちゃのミートクリームパスタ

ほくほくとしたかぼちゃにクリームソースが優しくからむパスタ。ハロウィンにもぴったりです♪

- ①かぼちゃは3センチ程の角切りにし、ニンニクはみじん切りにする。
- ②鍋にたっぷりの湯と塩を加え、パスタ、かぼちゃと一緒に、パスタの表示時間茹でる。
- ③フライパンにオリーブオイルを熱し、塩・コショウをした合いびき肉、ニンニクを加えて火を入れる。
- ④③に白ワインを加え、沸騰させてアルコールを飛ばし、生クリームを加えて塩・コショウで味をととのえる。
- ⑤④に②を加えて絡め、器に盛りつけ、イタリアンパセリと粉チーズをかける。



※生クリームは火にかけすぎると分離してしまうので、一度沸騰させたら火を止めましょう。

教えてくれた人…尾田衣子さん  
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。  
<http://ryo-ri.net/>

#### 材料 (2人分)

- スパゲッティ(太さ1.6~1.7ミリの)パスタ…160g、かぼちゃ…200g、合いびき肉…200g、ニンニク…1かけ
- 白ワイン…100ml、生クリーム…200ml、塩・コショウ・オリーブオイル、イタリアンパセリみじん切り…適量、粉チーズ…大さじ1

## Chottoいいかも

手&足形アートでハロウィンを盛り上げませんか？手や足に絵の具などを塗って、紙に形を押し、そこにアレンジを加えれば完成！ハロウィンのディスプレイに活かしたり、お子さんと遊びとして楽しむのも良いですよ♪

#### ■手形でハロウィンを表現



一緒に日付やお子さんの年齢を記せば、素敵な成長記録にも♪

グレーの手形はおばけ、オレンジの手形はおばけかぼちゃ風にアレンジ！星のシールなどを加えればより雰囲気盛り上がりします！

#### ■足形でおばけかぼちゃ&手形はガイコツに



足形を少し重ねるように押すのがポイント！ガイコツは、手形を体に見立て、顔のシールと合わせれば完成。

#### ■かわいい動物たちもできます！



ちなみに、手形の手のひら部分に顔を描けばガイコツ風にもなります。

足形は猫の体、手形はコウモリの翼、といった感じで、シールなどと組み合わせればキュートな動物たちも表現できます♪

#### ■手&足形アートをアレンジ！



100円ショップでも見られるハロウィン用のシールと組み合わせても素敵

手形&足形アートでポストカードやポスターをつくらったり、足形を切り取って壁にペタペタ貼るだけでもかわいいです！

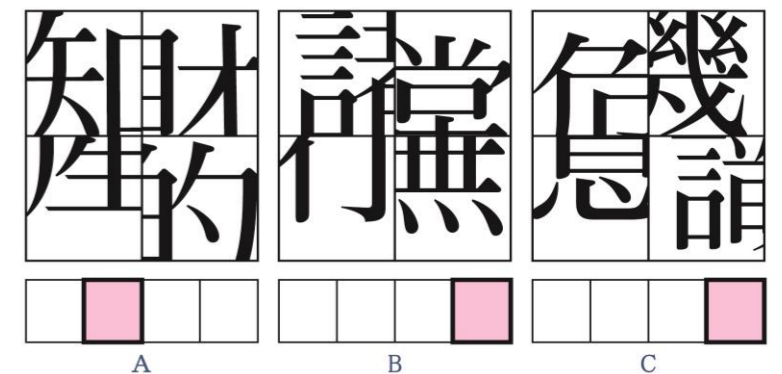
※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

## 熟語探し

A~Cは四字熟語の各漢字の一部を拡大したものです。四字熟語を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を教えてください。



この止め方は〇〇にどうかと思う！



答え

●「答えは巻末ページをご覧ください。」