

こんにちは！高建ハウジングです！

コロナの感染のニュースも徐々に少なくなり、収束に向かう一方・・・第6波の不安も無きにしも非ずな今日この頃・・・皆さん、いかがお過ごしですか？

コロナ禍で、外出が減った分 飛ぶように売れているものがあるそうです！
家庭用ミシンや、観葉植物、ホームベーカリーが売れ筋☆(σ´・v・`*)



確かにお家時間が増えたので、自宅で使用する物や、お家で楽しむ物が多く売れるんですね♪

皆さんは、お家時間が増えて趣味が増えましたか？私の家は人生ゲームを購入しました(笑)

65歳以上のみなさ～ん！まだ、若い～！わかってるよ～♪でもね♪

福島市役所では、介護認定されていない方を対象に介護にならない為に住宅を改修すると助成金が出ます！和式の便器を洋式にする、開きドアの玄関を引き戸にする、手摺を付けるなどの工事を対象に18万円まで助成金が出るんです！(,,-'。'-)ホー

誰しもが老いていくなかで、段差の解消や、手摺、滑り防止、移動の円滑化の為に床材の変更などなど、転ばぬ先の杖!!ではありませんが今のうちに改修してみてはどうでしょう？

私なんか何にもないところで、つまづきますから(°▽°)ハアハッハッ!!カモン!手すり!!



あって便利な手すり！と言っても、どこでも手すりを付ければいいわけではありません。

地域包括センターの方と現場を確認して必要な場所に取り付けるので、不安ありません。

会社の玄関には縦型の手摺がありますが、老若男女みんな掴みますよ！(´艸`)知ってるんだから～！

介護認定を受けておられる方は、ケアマネージャーと相談になりますのでご連絡下さい。

社長ん家・・・グルメだよねえ～



ふと、携帯を見た時 社長の奥様のSNSにグルメなパンが掲載されていました☆

ナコレ☆美味しそう・・・1コ2コ3コ・・・たくさんあるじゃないですか♪°+。.: (*°∇°*) ∴.+°

社長！今日はうちに帰ったら、高級パンが待ってますよ！ヽ(*>▽<)/ウヤマスイ～♪

次の日・・・「小沼さん・・・昨日さあ、帰ったらパンなかったよ」



え？Σ(∇°;)/...!? うんうん～そういうことよくありますよね・・・あんのか？いや、ね～ぞい！(/ω<:)

よくよく話を聞きくと、社長はあまりパンが好きじゃないそうで、夕飯にパンが出たら

怒っちゃうそう・・・奥様は、わかってるからこそ

なかったのね(艸`*)SDGs対応っすね☆

ウチは、SDGs対応で夕飯無し!!'。*:.(°∇°*)アッたまげ～!!

【SDGs=食べ残しの環境問題、フードロスともいう】





え〜っと、コンセント、コンセント・・・

住んでみて、なんか使いにくい・・・なんてことはありませんか？



家具など何もない状態だとイメージがどんどん膨らんでワクワクしますよね♪

「あ〜この家具をここに置いて〜」「ベッドは、こっち向きにして」「この写真を飾って〜」
ちょっと待って!!コンセントわい!!(#`д´)/!! そう、忘れがちなのが、コンセントの位置や棚
です!置き場所がないから、家具を増やしたり延長コードを買って解決!とは限りません。

お家の中、配線だらけになっていませんか?タコ足配線は火事やトラブルの元ですよ!
使い勝手が悪い上に掃除機をかける時に邪魔で仕方ない・・・そんな配線地獄から脱出するには、
ホームセンターに売っている配線ボックスでごちゃごちゃを隠せばいい♪なんて、間違いですよ!!
差し込みを増やすべきなんです。これからの時期、ベッドサイドに携帯充電器、加湿器、
電気毛布などなど、電源が必要なこと沢山ありますよね☆

今は、埋込型でコンセントとUSBを合わせられるので携帯の充電器のコンセント差し込み部分を
付けなくていいんです♪アダプターがないだけでも全然違いますよ!

アダプター部分
が不要

USBポートで
お部屋スッキリ!



気になる方は、お気軽にご相談下さい☆

風邪をひかない為に体を温めよう!

気温もグッと下がって、いよいよ秋なんだなあ・・・と実感する日が多くなってきました。
みなさんは、寒い日は温かい鍋とか、おでんとか、夕食に準備することが増えてきたのでは
ありませんか?



本日はご紹介したいのは、『風邪に負けるな!温まるハウレン草鍋』です
材料★豚肉(ブロック肉以外なら何でもよい)、ハウレン草、チューブの生姜、めんつゆ、豆腐
作り方は簡単・・・分量を量る必要なし!食べたいだけお湯を沸かして、めんつゆを好みの塩加減分
入れたらチューブの生姜を好きなだけ入れて、豚肉、ほうれん草、豆腐を入れて沸騰させるだけ!
なんということでしょう?!こんなに簡単で体の中から温まるハウレン草鍋の出来上がり♪
調理時間も、10分もかからない!生姜の効果で、体の中からポカポカと温まります。

豚肉には、健康寿命が延びるとされている動物性たんぱく質&油脂、ほうれん草のビタミンCや
βカロテン、豆腐のたんぱく質、イソフラボンなどなど・・・

寒い日に、沢山着込むより体の中から温まる方が健康にもよいとされています。



是非、お試しください!(๑>ω<)๑)♡んまいがら♪

みなさんの明日が、健康で、よりよい1日でありますように!またお会いしましょう!