

つながるおうちサポートははじめました

月額 **2,980円** (税込) おうちと家族全員の「困った」を **即解決!**

- 給湯器 お湯が出ない **スマートフォン** 画面が壊れた
- IHクッキングヒーター 電源が入らない **ゲーム機** 子供が落として壊れた
- 温水洗浄便座 水が出ない **ノートパソコン** 電源が入らない

水廻り製品はもちろん通信機器もサポート
こんなトラブルが **修理費0円**

工具箱訪問
キャンペーン実施中
ドライバーで直せるようなちょっとした不具合直します (丁番の調整など)
※08歳及びライフ通信配布エリア内限定
7ヶ月 1回500円 (税込)

お知らせご紹介キャンペーン
お知らせをご紹介いただき、ご成約されますとご紹介者様とご紹介先様の双方にプレゼントをさしあげます!

Instagram iwatekyohan インスタはじめました

LINE LINE友達募集中 @056rvwml
LINEの「友達追加」から、ID検索するかQRコードをスキャンしてください

リフォーム工事
Vポイント貯まります

INSIDER
こんにちは、店長の菊池です。先日催し物があり、出店がたくさん並んでいて、それぞれのお店にたくさん行列ができていて、1つ買うのにもしばらく並ばなければいけないような状況でした。
ただ、今までは親と子で組んで二手に分かれて並んでいましたが、もう2人とも高校生になりましたので、それぞれ自分の食べたいものの屋台へ一人で並べるようになって、とても楽しかったです。時短にもなり、買ったものも持つてあげることなく、自分たちで持つていけるので、助かります。
今は屋台もペイペイが使えるところが増え、万が一お金足りなくなっても、スマホのペイペイへ送金できるので行くこともなく、便利です。
ただ普段から時々「ペイペイに千円送ってみたいラインが来るので、調子に乗らないように注意が必要です」

HPIはこちら!
= 24時間 365日いつでもつながる安心 =
遅い時間でもサポートセンターに繋がります。
[水沢] **0120-563-194**
[一関] **0120-563-101**

2025年6月号
ご愛読ポイント! **1000** ポイント!
1ポイント=1円。
30万円以上の工事にご利用いただけます。
現金払いの場合にお使いいただけます。有効期限1年

ご存知ですか?

市販の飲料と上手に付き合おう



ジュースやスポーツドリンクなどいろいろな種類がありますね。甘くて美味しいものもありますが、実は糖分が多く含まれているので、たくさん飲むと糖分の摂りすぎにつながり、様々な健康トラブルを引き起こします。

大量に飲み続けると危険も

暑くなると、水分補給としてつい大量に飲みたくなりますが、大量に飲み続けると高血糖状態となり「ペットボトル症候群(清涼飲料水ケトーシス)」の危険も! 世界保健機関(WHO)によると、1日に摂る砂糖の量は25g以下がいいそうなので、日ごろの食事も含めてバランスを考えながら摂ると良いですね!

- 飲料のエネルギー量を砂糖のエネルギー量に置き換え
スティックシュガー (1本3g) に換算してみると...
炭酸飲料 (350ml程度) は12~15本! 紙パック (200ml前後) の野菜ジュースは3本など、結構な量の砂糖が含まれています
- どういう飲み方をすればいい?
糖分が含まれない水やお茶を主に飲みながら、糖分が含まれた飲料はたまに飲む程度、という飲み方をおすすめします

200ml前後の紙パックなど小さいサイズのモノを選ぶのもおすすめです!



簡単クロスワード

○の中に縦横2つの言葉に共通する1文字を入れて、4つ見つけたら、その4つで出来る言葉を教えてください。

カル○バン タ○シブン
ル○テラ シ○ジヨウビ
ド○ヨウ コ○エン
ア○モチ ク○ネボウ



弊社までご連絡いただきますと正解された方
先着2名様にLIXILエコカラットをプレゼント!

5月号 間違い探しの答え
A→葉の数、カーテン留めの位置
B→星
C→市松模様のクッキーの柄
D→しおりの角度



アボカドとたこのわさびマリネ

アボカドとゆでだこを、わさびとレモン汁を効かせたソースで和えたさわやかな一品。お酒のおつまみにも良いですよ!

- ①アボカドは種と皮を取り、食べやすい大きさに切る。ゆでだこは乱切りにする。
- ②わさび、レモン汁、にんにくを混ぜ、オリーブオイルを加えてさらに混ぜ合わせたところで、醤油を加える。
- ③①と②、すりごまを合わせ、器に盛りつける。

※にんにくはチューブを使うと混ぜりやすく、臭みもきつくないので食べやすいです。
※アボカドはレモン汁を加えることで色止めにもなります。

- 材料 (2人分)
- アボカド...1/2個、ゆでだこ...70g
 - わさび...小さじ1/2、レモン汁...小さじ2、にんにくチューブ...小さじ1、オリーブオイル...大さじ2、醤油...小さじ1/2、すりごま...小さじ2



簡単! 手料理レシピ

リクシル LIXIL リフォームショップ
岩手共販
<https://www.iwakyo.co.jp>

【水沢】
奥州市水沢佐倉河字天井町2-2
TEL: 0120-563-194 (0197-22-2040)
FAX: 0197-25-3180

【一関】
一関市山目字中野51-4
TEL: 0120-563-101 (0191-34-4332)
FAX: 0191-34-4334

■建設業許可
岩手県知事許可(般-2)第60119号
■建築士事務所登録
奥州建築設計事務所 第う(2608)3507

- 二級建築士
- 建築物石綿含有建材調査者
- 福祉住環境コーディネーター2級
- 耐震診断士
- 住宅収納アドバイザー
- 整理収納アドバイザー2級
- 岩手県高齢者向け住宅リフォーム相談員
- 愛犬家住宅コーディネーター
- <住宅リフォーム>増改築相談員

住宅リフォーム
新築
塗料・塗装機器

6月6日は梅の日
梅の実が旬を迎えるからだけではなく、後奈良天皇が祭神を祀り、神事がおこなわれた際に梅が献上されたことにより大雨が降り、五穀豊穡をもたらしたという故事に由来するものです。人々はその天恵の雨を「梅雨」と呼び、梅に感謝する文化が根付いたそうです。
また「梅干を一日一粒食べれば医者いらす」という言い伝えから「7(難)が30(去る)」の語呂合わせで7月30日を「梅干の日」と制定したそうです。

ライファ通信
2025年6月
岩手共販(株)