

Team☆はいすり

皆様、連日暑い日が続く中、いかがが過ごしてらうか？ 例年以上の猛暑日が続いているので、今月の特集は熱中症対策です。

熱中症に効果的な食べ物とは...

スイカ ... 紫外線を受けると発生する活性酸素が疲れる原因のひとつとされている。その活性酸素の影響を受けにくくする作用を持っているのが抗酸化成分です。スイカには抗酸化成分が多く含まれていて、エネルギーに変換されやすい糖質も豊富です。



きゅうり・ゴーヤ ... 疲労回復に効果のあるビタミンB群、免疫力を向上させる効果のあるビタミンCを豊富に含んでいます。



豚肉 ... 牛肉のおよそ10倍のビタミンB1が含まれています。ビタミンB1は糖質を分解する働きがあり、糖質の分解ができないと、疲労がたまりやすくなります。

ホームページにてカラーで掲載しております。是非ご覧ください。

ハイビスカスを植えています!!



- ・花言葉 ... 繊細な美 新しい恋
- ・中国では花を食用の染料に用いられる。
- ・熱帯アジアでは靴みがきに利用されている。



← きれいな黄色の花を咲かせています。

朝咲いて、次の日にはしぼんでいる開花期間の短い花です。ご来店時に咲いている姿を見ることができればラッキーかもです。



← 撮影当日は咲いていませんでしたが赤色も植えています。

自賠責共済のご案内



自賠責共済とは、自動車損害賠償責任保険法に基づく、公的な共済であり、俗に強制共済とも言われています。公道を走るすべての自動車やバイクに加入が義務づけられています。

お車の購入時や車検のときに必ず加入のお手続きをされると思いますが、JAの窓口でも加入のお手続きができます。掛金は、自動車ディーラーさんと一緒に済ませるのでお気軽にお問い合わせ下さい。