

安心・安全に使おう リチウムイオン電池

最近ニュースでよく見かける、リチウムイオン電池に関する事故。身近な電化製品に使用されているリチウムイオン電池は私たちの生活になくてはならないもの。安全に取り扱うための注意点を広島市消防局の中村さんと川口さんに聞きました。

取材協力



広島市消防局 予防部予防課調査係
川口 健太郎さん(左)・中村 勇太さん(右)

リチウムイオン電池とは

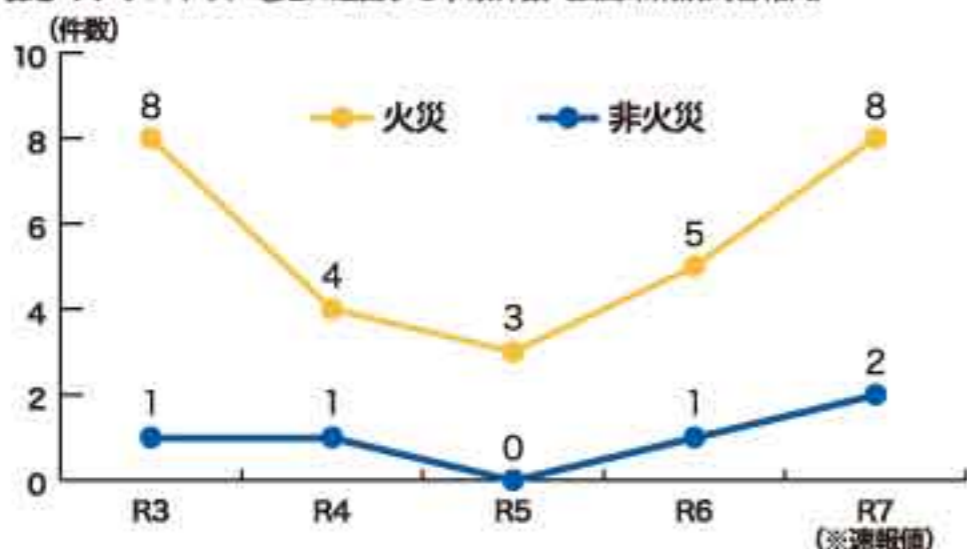
正極と負極の間をリチウムイオンが移動することで充電や放電を行う電池のことをリチウムイオン電池といいます。高容量、高出力、軽量という特徴があり、小型で大量の電力を必要とする製品に使用されています。

「充電できる製品」や「電源」につながりなくとも動く・光る製品にはリチウムイオン電池が使用されている可能性があります。

リチウムイオン電池が使用された製品



【表】リチウムイオン電池に起因する事故件数 (広島市消防局管内)



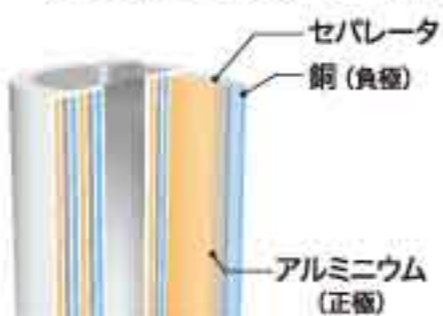
事故の実例

広島市消防局管内では、年間3〜10件ほどリチウムイオン電池に起因する事故(火災以外に発煙のみ含む)が起きていると「表」(※令和7年の件数は速報値)に示されています。実際に次のような事故が起きていると聞いています。

- リチウムイオン電池が使用された製品を充電していると、電池内部で短絡(ショート)して出火した
- 製品内部のリチウムイオン電池を取り外そうとしたら発火した
- リチウムイオン電池を内蔵した製品を、塵芥車(ごみ収集車)が回転板で押しつぶしたら内部短絡して出火した
- リコール情報が発表されている製品を使用していたら、リチウムイオン電池が短絡して出火した

なぜ発火する?

正極の集電体であるアルミニウムと、負極の集電体である銅の間にあるセパレータという絶縁膜は、リチウムイオンのみを通し、アルミニウムと銅との接触を防いでいます。しかし、落下などによって衝撃を受けると、セパレータが破れ、アルミニウムと銅が直接接触し、発火してしまうという仕組みです。



事故の原因

事故につながる原因は下記の通りです。

- 落下などによる衝撃や破損
- 高温・低温環境などでの使用や保管
- 異常がある状態での使用継続
- 充電器の使用誤りや安全装置の故障による過充電
- 製造時の製品の不具合
- 不適切な廃棄



サインには要注意

熱くなる

膨張する

異臭がする

これらの異常を感じた場合は、直ちに使用を中止してください

使用時には、次の点にも注意が必要です。

- 使用前に取扱説明書をよく確認する
- 衝撃を与えないよう適切に取り扱う
- むやみに分解しない
- 高温の車内やストーブ周辺、こたつの中へ放置しない

※消費者庁の「リコール情報サイト」では、リコール対象製品を公開しています。お手持ちの製品が対象になっていないか確認してみてください。

リチウムイオン電池をより安全に使用するために!



Q. もし発火してしまったら何をすべきですか?

A. 自力で火を消そうとしないでください。製品によって使用しているリチウムイオン電池の個数は異なり、電池の数だけ爆発する危険性があります。1回爆発したから終わりではなく、2回目、3回目と続けて爆発してしまうことも。発火時の煙も有害なので、吸い込まない、目に入らないように。安全な場所まで逃げたら消防局に通報してください。まずは命を守ることが大切です。

Q. 充電時に気を付けることはありますか?

A. 就寝中や外出中に充電することは避けましょう。目の届く範囲で行うことが大切です。過充電は劣化の進行も招きます。充電する際は、布団などの燃えやすい素材が近くにならないかなども気を付けるべきポイントです。また、専用の充電器を使用するようにしてください。適切でない充電器を使用すると、電圧が合わず故障の原因になることも。

Q. リチウムイオン電池が使用された製品はどうやって処分するのでしょうか?

A. 有害ごみとして処分、専用ボックスでの回収など、各自治体によって処分方法は異なります。自治体のホームページなどを確認してみてください。回収ボックスを設置している家電量販店もあります。自治体によっては、回収イベントなどが実施されることもありますので、ぜひ活用してみてください。



Q. リチウムイオン電池が使用された製品を購入する時のポイントはありますか?

A. 電気用品安全法の基準を満たした電化製品に付けられるPSEマークや、回収・リサイクルが必要であることを示すスリーアローマークにリチウムイオン電池が使用されていることを示す「Li-ion」の文字が記載された製品を選びましょう。純正品かどうかも大事なポイントです。製造・販売元や型式が明示されていない商品や、仕様が不明確な商品を購入することは避けてください。



Dr.長井の 悩み相談室 133

先延ばし癖は、性格の問題ではなく本能!

心療内科 長井 敏弘



長井 敏弘 先生プロフィール

Question: いつもいろんなことを先延ばしにしてしま...

戦前の広島 85

七十三歳から七十七歳への書状

見延 典子



みへのりこ プロフィール

そろそろ書状周辺の話題は切りあげても...

頼梅(らいまいし) 一七六〇〜一八四三...



『9ジラジ』のリスナーと(3月31日までゆめタウン広島で行われているパネル展にて)

『9ジラジ』で10代と向き合う19年 嘘はつかない、カッコはつけずに

1面から続く 大窪 シゲキさん ラジオDJ



オンエアの様子。撮影したのは東京で活躍するカメラマンで、『9ジラジ』を聞いていたリスナー

■年齢差のこと 年々、僕と中高生の年齢差が広がって...

広島大学地域連携商品 せとこまち

school uniform ITOYA 学生服のいとや

広島レモン バターケーキ 広島産レモン使用

「俺の原稿を女に読ませるな」 TBS初女性キャスター、報道最前線へ

フリーアナウンサー・キャスター
吉川 美代子さん



photo Yasuhiko Yatsunami ©WENDY

◆音楽のある家庭で育ちました。しつけに関し、きれいな言葉に憧れた私は昭和29年、横浜で生まれ、父は甘やかされた記憶があるが、母は厳格な教育者で、幼少時からピアノを習い、音楽教師、母は当時まだ珍しかったピアノ教室を自宅で開いていました。

きょうだいはいはく、一人っ子です。だからといって一人で寂しい思いをするような職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。

◆女性のキャスターとして、アナウンサーにならなければならない、という意識が、アナウンサーという職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。

◆女性のキャスターとして、アナウンサーにならなければならない、という意識が、アナウンサーという職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。



5歳の頃。両親と

◆私の人生を決めた山本アナの一言
中学校では、放浪部に入部し、部長になりました。部長になるには、部員をまとめる必要があります。そのために、部員と話し合い、部員をまとめる必要がありました。

◆女性のキャスターとして、アナウンサーにならなければならない、という意識が、アナウンサーという職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。

試験は7次まであり、3次のカメラストまで進んだときのことです。面接官のなかにあの山本アナさんを見つけた。そこで、事前に準備していた自己紹介を、ついに「こども音楽コンクール」で、山本さんから「未来の吉川アナウンサー」と言っていたとき、絶対にTBSのアナウンサーになると決心しました。そして、私はここにいます」と言ったのです。

この即興自己紹介が功を奏したのかは分かりませんが、3次試験もクリア。その後、役員面接まで順調に進み、ついに「TBSのアナウンサーになる」という夢を叶えることができました。

◆女性初のキャスターとして、アナウンサーにならなければならない、という意識が、アナウンサーという職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。

◆女性のキャスターとして、アナウンサーにならなければならない、という意識が、アナウンサーという職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。

講座・イベント案内

お申し込み 住所 〒730-0036 広島市中区袋町6-36
お問い合わせ TEL 0829-545391 FAX 0829-5453838
E-mail: hiroshima@city.hiroshima.jp

パソコンサロン

4月25日(土) 14時~15時30分
5月9日(土) 10時30分~11時30分

◆パソコンの持ち込みは20台までです。

◆参加費 無料

◆申込 不要

◆申込先 広島市立図書館

人一倍の努力が実り

◆女性のキャスターとして、アナウンサーにならなければならない、という意識が、アナウンサーという職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。

◆女性のキャスターとして、アナウンサーにならなければならない、という意識が、アナウンサーという職業を志したのには、30年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽の原稿を女に読ませるな、番組もあり、司会も今のようにタレントさんが出るのではなく、きょうだいの紹介役を務めることになったのです。

旬の食材

ウド(独活)

春の訪れを告げる山菜のひとつで、3~5月が旬。主な産地は栃木県や群馬県、秋田県などです。

根株に土をかぶせて栽培される、やや緑がかったウドを「山ウド」、暗い所で、光を当てずに栽培される真っ白なウドを「軟白ウド」と呼びます。

香りやしなやかな歯ざわりを生かすように、酢の物やサラダなどでいただきます。穂先や脇の葉は、苦みが強めですが、天ぷらにして食べると、春を感じられます。

栄養面では、カリウムや食物繊維を含み、むくみ対策や整腸作用が期待できるほか、独特の香り成分が食欲を促すといわれます。

ウツワシ

春の訪れを告げる山菜のひとつで、3~5月が旬。主な産地は栃木県や群馬県、秋田県などです。

根株に土をかぶせて栽培される、やや緑がかったウドを「山ウド」、暗い所で、光を当てずに栽培される真っ白なウドを「軟白ウド」と呼びます。

香りやしなやかな歯ざわりを生かすように、酢の物やサラダなどでいただきます。穂先や脇の葉は、苦みが強めですが、天ぷらにして食べると、春を感じられます。

栄養面では、カリウムや食物繊維を含み、むくみ対策や整腸作用が期待できるほか、独特の香り成分が食欲を促すといわれます。

ウッドワンくさびあ 2026年度公演 ラインナップ 2026.4 ▶ 2027.3

<p>広島交響楽団第29回廿日市定期演奏会</p> <p>4/26日 15:00開演 大ホール 全席指定 S席 5,500円 A席 5,000円 (A席学生2,000円)</p>	<p>鈴木と後藤のふたり旅2026 ~LIVE SHOW~</p> <p>7/5日 13:00開演(12:30開演) 21:00開演(16:30開演) 大ホール 全席指定 3ショット撮影付き 10,000円 お見送り付き 6,500円</p>	<p>来生たかお 50th Anniversary Concert Tour 2025-2026 ~The Song~</p> <p>6/13日 16:00開演 大ホール 全席指定 8,800円</p>	<p>はつかいち音楽祭 9月12日</p> <p>はつかいち平和コンサート2026 今年も廿日市から「平和と共生」の音楽を!</p> <p>10/11日 全席指定 一般 1,000円 18歳以下 500円</p>	
<p>第5回はつかいちメダカまつり</p> <p>5/17日 9:00~15:00 市民ホール(1階ロビー) & 市民プラザ(中庭) 入場無料</p>	<p>第24回さくらびあ神楽共演大会</p> <p>9/27日 10:00開演 大ホール 全席指定 1階席 一般1,500円 中学生以下500円 2階席 一般1,300円 中学生以下400円</p>	<p>劇団四季ファミリーミュージカル 「はじまりの樹の神話~こそあどの森の物語~」</p> <p>7/24日 18:30開演 大ホール 全席指定 S席 大人 7,000円 小学生以下 5,000円 A席 大人 5,000円 小学生以下 4,000円</p>	<p>はつかいち室内合奏団 "SA-KU-RA"演奏会2026</p> <p>7/4日 15:00開演 小ホール 全席自由 一般 3,000円 18歳以下 1,500円</p>	<p>ウッドワンくさびあ シネマ企画</p> <p>4/8日 国宝 5/1日 春との旅 ~道徳仲間達矢 7/4日 TOKYOタクシー</p>

その他の主な公演

- 4月19日(日) 第33回広島ビッグバンド・フェスティバル Hot Wave at さくらびあ
- 5月10日(日) 小坂大鼓吹奏楽2026 in 広島
- 5月16日(土) わくわくキッズフェス with ママンペール
- 5月17日(日) 廿日市市ファミリーコンサート
- 5月31日(日) 第28回さくらびあ新人コンクール
- 9月5日(土)・6日(日) 第93回NHK全国学校音楽コンクール 中国ブロックコンクール
- 11月14日(土)・15日(日) 第64回中国吹奏楽まつり in さくらびあ

医療最前線

正しい姿勢で誤嚥の予防



認定看護師 折下 美香... 正しい姿勢で誤嚥の予防... 誤嚥とは、食べ物をのどに詰まらせた状態のことです。

【写真1】 骨盤の位置を合わせる



【写真2】 先に「足」を上げる



【写真3】 背上げと「背抜き」



【写真4】 足を下げる



【写真5】 机の高さを調整する



【写真6】 車イスの場合



前回は引き続き、摂食・嚥下支援チームから食事の安全を守るための工夫についてご紹介していきます。

「背抜きとは？」 私たちは、同じ姿勢を長く続けていたり、今の姿勢が難しいと感じたりすると、自然と体や足をよじって圧を逃しています。

机の高さを調整する食べやすい姿勢になるように肘の下に枕などを入れる(腕は意外と重いです)

背中が少し前かがみで顎を引く 膝は90度に曲がっている 足底が床や足台などにしっかり着いている

急病のときには

Table with emergency contact information for various hospitals and centers, including phone numbers and hours of service.

24時間365日体制で救急診療. 広島市民病院 (内科等、歯科・歯科口腔外科を除く) ☎082-221-2291. 舟入市民病院 (小児科) ☎082-232-6195. 救急相談センター-広島広域都市圏・備後圏域. 受付時間: 毎日24時間. 電話番号: 局番なしの#7119または082-246-2000. 小児救急医療相談電話 (こどもの救急電話相談). 受付時間: 平日午後7時~翌朝8時. 土日祝・年末年始(12/29~1/3) 午後5時~翌朝8時. 電話番号: 局番なしの#8000または082-555-8870.

浄水器はキッチンだけだと思いませんか? 低コスト 月額¥2,980. 高品質 安全でおいしい低塩素 (0.1ppm/L). 実績 30,000件以上. 安心 アフターサービス充実. コンパクト 水通質の元栓に設置. 料理がとっても美味しく作れます. 歯磨きや洗顔・洗髪も安全な水で. お風呂のお湯も安心 お肌や髪にも優しい. 洗濯物もふんわり色あせも防止. ベットや花壇にも清潔な水を. 宅外に設置するためスペースを取りません. 家全体をまるごと浄水! カンタン施工! 月々 ¥2,980 (税込 ¥3,278) で. 詳しくはホームページにて アクアスタンド 検索 https://aquastand.jp. 使用料以外の費用は一切いただきません. 初期工事費 (取付約30分) 無料. 定期メンテナンス 無料. フィルター交換 無料.

4月試合日程

Table with 4 columns: Date, Time, Home Team, Away Team. Lists games from 1st to 30th April.



2月12日の日南大会で、選手に厳しい姿勢を求める新井監督

今季のカーブは、オープン戦から若手や新戦力の起用が目立つ。さらにファンが注目するのは、これまでの3年間とは違う新井監督の采配である。



迫 勝則 (さこ かつのり)

4年目の新井采配

カーブ賛歌

作家 迫 勝則

覚悟が必要だった。実は3年目の昨年、4番の座についたのはE・モンテロ。末包昇大、小園海斗、坂倉将吾、S・フアビアン。4番とはタイプの異なる打者を含め、実に8人に達した。この采配では本人が一時的に自信を失い、長い目でみたチームとしての地方は生まれてこない。

4月試合日程

サンフレッチェ広島

Table with 4 columns: Date, Time, Opponent, Venue. Lists matches for Sanfrecce Hiroshima.



悔しいACLE敗退。悔しさを糧に成長糧う

悔しいACLE敗退。悔しさを糧に成長糧う。ACLで敗退したチームは、悔しさを糧に成長糧う。

トップチームは2月22日、俊希選手の劇的ゴールに日のセレッソ大阪戦で東より2対1で勝利し、PK戦での勝利も含めてJ1開幕3連勝を飾りました。



2026年は5勝1敗と絶好調。クラシエカップ3連覇を目指す

サンフレッチェ広島通信

トップチームは悔しいACLE敗退。レジーナは絶好調!

シン・ディスクバリー・シリーズ <没後200周年プレ Beethoven+> 第1回

Event information for the first concert, including date (6月5日), venue (JMSアステールプラザ大ホール), and conductor (クリスティアン・アルミンク).



指揮: ジョン・アクセルロッド



クラリネット: 三界達義 (広響首席奏者)

5月17日 第461回定期演奏会

Event information for the 461st regular concert, including date (5月17日), venue (広島文化学園HBGホール), and conductor (ジョン・アクセルロッド).

広響★NEWS 革新的プログラム

広響★NEWS



広島に住んで

広島の観光マガジン「Joy in Hiroshima」コンテンツディレクター

ファレルマイケルティモシーさん

中区

1984年父親の勤務地アメリカのアラバマ州生まれ。ニューハンプシャー州育ち。大学ではジャーナリズムと英文学を学び、卒業後はフリーランスの新聞記者、英語教師として地元や韓国、コスタリカでも活躍し、2021年より現職。趣味はウクレレとティン・ホイッスル演奏。歌けんなカトリック信者。平和都市広島で愛に満ちた家族と暮らし、愛ある仕事に励み夢人を見る。東区在住。

暮らしているからこそ知り得る 広島の魅力を英語で発信中

父親の勤務地だったアメリカのアラバマ州生まれ。その後カリフォルニア州を経て、2011年に広島に移住。16年経ち、現在は「Joy in Hiroshima」のコンテンツディレクターとして、広島の魅力を英語で発信している。...

「人生最高の投資は？」 マンションリフォームのいろは 116 17年わたる「金利のない世界」が終わり、「金利のある世界」に変わりました。...



また「低い住宅ローン金利で借りられないのは大きな問題だ」と30年固定金利の住宅ローンには世界最高の金融商品だ。...

THE LAST 広島ドラゴンフライズ

女子クラブの株式取得 「広島イーグレッツ」誕生へ



2月16日(月)に記者会見を行った

広島ドラゴンフライズは、3月15日時点で26勝18敗。西地区の5位につけ、チャンピオンシップ(CS)進出を目指す戦いが続きます。...

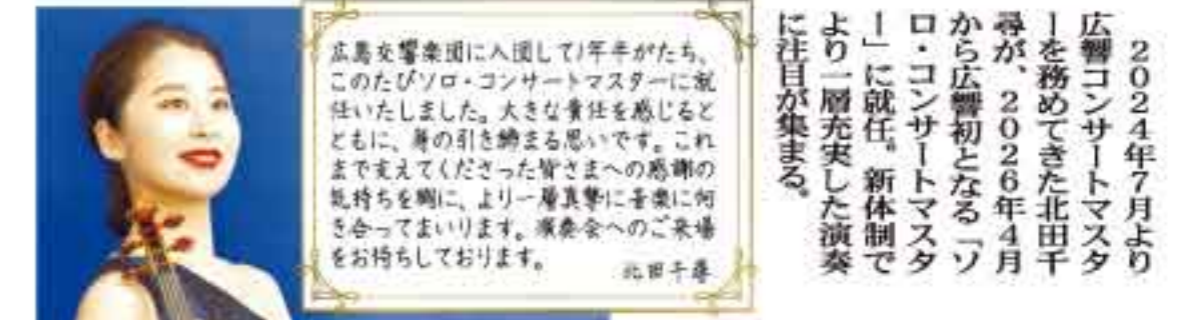
イーグレッツは今年、活動拠点を広島へ移転し、「広島イーグレッツ」として新たなスタートを切ります。...



新たに発足する「広島イーグレッツ」のロゴ。ロゴの形態は、「白鷺」をモチーフとし、「E」を白鷺の羽に見立て、「S」を白鷺の首のくぼみに表現した。...

Table with match schedule: 試合日程. Columns: 試合日, 対戦相手, 開始時刻, 会場. Includes matches like 4月1日(水) 三遠ネオフェニックス vs 豊橋市総合体育館.

広響初 ソロ・コンサートマスターに 北田千尋が就任



2024年7月より広響コンサートマスターを務めてきた北田千尋が、2026年4月から広響初となる「ソロ・コンサートマスター」に就任。...

Table with concert schedule: 北田千尋・出演コンサート. Columns: 日, 曲名. Includes 4/12(日) 音楽の花束(春)広響名曲コンサート.

Light ユニティ 電気が見つからない!家の中のお困りごとには! TEL 082-568-2237 Mail hiroshima@lighting-unity.jp

いつまでも美しく輝くために

ジュエリーケアの基本

お祝いの場合や気分を上げたい日に身に着けたいおしゃれアイテム、ジュエリー。買った時はきらきらと輝いていたのに、いつの間にかくすんでしまっている...なんてことはありませんか？大切なジュエリーを長くきれいに保つためのお手入れや保管方法を紹介します。

【取材協力】アジュール 広島三越店



ジュエリーの修理・リフォームの専門店。新しいデザインへ作り替え、切れてしまったチェーンの修理、指輪のサイズ直しなどを行う。

NG 着けっぱなしは

ジュエリーが劣化してしまう原因の多くは、ずっと着けたままの状態であること、ネックレスを着けた状態で服を脱ごうとするとチェーンが引っかかり、指輪を着けたまま重い荷物を持つと変形してしまったり、トラブル防止や長時間させるためには、ジュエリーを外した状態で衣類の着脱や家事などを行うようにしましょう。

お手入れの基本

ジュエリーは柔らかい布で拭くことが基本のケア。使用後は必ず拭くようにしましょう。ティッシュはこすりすぎると傷がつ



いてしまう恐れがあるのでも、メガネ拭きのようなクローズアップは避けましょう。汚れが気になる時は、コップ一杯程度の水に中性洗剤を1滴垂らし、その中でジュエリーを柔らかい歯ブラシなどでやさしくこすります。洗剤が残らないように水ですすいで、柔らかい布でしっかり水気を取り除きます。宝石がついている指輪などは、磨きすぎると石が取れてしまうこともあるので注意してください。

実は劣化に気づいていない？

結婚指輪など、毎日着けて目にしていないものは汚れに気づいていない人も多いそうです。入浴や就寝時などもずっと着けたままにしている方もいると思いますが、1日1回は外して拭いてあげましょう。1年に1回程度、専門店でもメンテナンスしてもらった方がよりきれいに保つことができます。

サイズを直したい

譲り受けたジュエリーのサイズが合わなかったり、デザインが古く感じたり...ということもありません。専門店では指輪のサイズ直しや現代風のデザインへの変更が可能な場合も、サイズ直しの際は、指のむくみに注意が必要。時間帯や季節によって指の太さが変わることもあるので、自分の体質や着用したい時期、状況などを相談してみてください。

保管のポイント

ジュエリーは通気性の良いところで保管するのが良いでしょう。高温多湿や極端に乾燥した場所はNGです。水回りに近い場所や直射日光が当たる場所も避けましょう。家の中と外で極端な温度や湿度の変化があるのも好ましくありません。水で洗った際は、風通しの良い場所へ置いてきちんと乾かしてから袋やボックスに収納してください。

留め具を閉じる



ネックレスはチェーンが絡まると傷がついたり、切れたりなどのトラブルの原因に。留め具があるアイテムは保管する時も閉じておくことでチェーンが絡みにくくなります。

Point

旅行などで持ち運ぶ時は、留め具の部分を出してチャック付きのビニール袋などに入れておくと絡みにくくなります。



くっつかないように



ジュエリー同士がぶつかるとう傷がついてしまう恐れがあります。ダイヤモンドとパールなど素材や石が違うものは特に注意が必要です。仕切りがあったボックスなどで距離を空けて保管しましょう。持ち運びの際は中で動かないような緩衝材があるボックスだと安心です。

Point

巾着袋などにまとめて保管する際は、一つずつ柔らかい布にくるんだり、ビニール袋に分けた後にまとめて入れます。



ジュエリーケアの疑問を解決

Q 手を洗う時は指輪を着けたままでもよいですか？

A 水あかやせっけんによってくすみや変色してしまう可能性があるため、指輪を外してから洗いましょう。指と指輪の間には雑菌がたまっているため、外したほうが衛生面でも安心です。ただし、外した時になくしてしまわないように。

Q 汗や皮脂がついてしまった時はどうしたらよいですか？

A 汗・皮脂などは変色の原因に。涼しい場所でこまめに拭くことが理想ですが、汗拭きシートや制汗剤に含まれる成分は、素材によっては劣化の原因になってしまうので注意してください。

Q 取り扱いに注意が必要な素材や宝石はありますか？

A 天然の真珠は汗や熱に弱いため、冠婚葬祭などで着用した後は、柔らかい布で拭いてください。直射日光や高温多湿の場所を避けて保管しましょう。また、真珠やサンゴなどの有機質はアルコールにも弱いため、アルコール消毒する際は外して行いましょう。シルバーは変色したら元に戻らないものもありますが、変色していく様子を楽しむという方もいます。

Q ジュエリーを着用しないほうがよい状況はありますか？

A 温泉の泉質やプールに含まれる塩素などが原因の劣化は、成分や素材によっては復元できないこともあるため、外して入るのが無難です。真夏は直射日光に当たって熱くなることによるやけど、極寒地では冷たくなりすぎて凍傷を引き起こす可能性もあります。

Q あまり使用しないジュエリーもお手入れしたほうがよいですか？

A 家にカビが生えてしまった、異常気象で気温が高すぎるなど、気温や湿度に極端な変化があった時は、保管してあるジュエリーも確認しておく安心です。

Q 高価なジュエリーだとお手入れの頻度も少なくても済みますか？

A 値段にかかわらず、使い方が悪いと壊れてしまいます。使用後は放置せず、きちんと拭いて保管するようにして、丁寧に扱きましょう。

オリーブ美容3品が

はじめての方限定 送料無料

各1,100円 (税込)

しあわせを、ふつうに。

DHC

一番搾りより貴重な“搾らない”オイル

1795年創業の名門オリーブ農家が作る「フロール・デアセイト(バージンオイルの精華)」を使用...



VOCE 月間ランキング 2025年5月度 クレンジング部門

第1位



世界品質を追求した オリーブスキンケア



オイルなのにベトベトせず さらっとして心地よいです

オリーブバージンオイル 使用感満足度 98.7%

スキンケアの最後にプラス。1滴なのに本当にすごいです!!

使い心地がよくて大満足です。香りも気に入ってます。

使用感は軽く、サラッとした付け心地。使った後のつっぱり感もなく、顔が明るく見えるのも嬉しい!!

はじめての方限定 一世帯様1本限り

DHCオリーブバージンオイル 30mL 6/30(火)まで

限定商品番号 64376

通常購入価格 3,982円 (税込) → 1,100円 (税込)

72% OFF

2024年2月以降に、「DHCオリーブバージンオイル(サイズ違い、デザイン違い、セット品含む)」をご購入(ネットポイントでの交換含む)されたことのある方は対象外。

はじめての方限定 一世帯様1回限り・2本まで

DHC薬用ディープクレンジングオイル リニューアル 200mL (医薬部外品) 6/30(火)まで

限定商品番号 67087

通常購入価格 2,717円 (税込) → 1,100円 (税込)

59% OFF

2024年2月以降に、「DHC薬用ディープクレンジングオイル リニューアル(サイズ違い、コラゲル品含む)」をご購入(ネットポイントでの交換含む)されたことのある方は対象外。

角層深くまで しっとり潤う!

あわせ使いに!

オリーブバージンオイルと 相性抜群!



最強レベル* 日焼け止めで 紫外線を 鉄壁ガード!

スーッと伸びてベタつかない “うるサラ”仕上げ

SPF50+ PA++++ UV耐水性*

美容保湿成分配合#7 スキンケア設計



はじめての方限定 一世帯様1回限り・2本まで

DHC薬用マイルドローション 180mL 6/30(火)まで

限定商品番号 67759

通常購入価格 3,663円 (税込) → 1,100円 (税込)

69% OFF

2024年2月以降に、「DHC薬用マイルドローション(リニューアル品、サイズ違い、デザイン違い、セット品含む)」をご購入(ネットポイントでの交換含む)されたことのある方は対象外。

はじめての方限定 一世帯様1回限り・2本まで

DHCパーフェクトUVジェル 80g 6/30(火)まで

限定商品番号 67088

通常購入価格 2,200円(税込) → 990円(税込)

55% OFF

今までに、「DHCパーフェクトUVジェル」をご購入(ネットポイントでの交換含む)されたことのある方は対象外。

必ず限定商品番号をお伝えください。お伝えいただけなかった場合は、割引・送料無料特典の対象外となります。...

オペレータ 応答ダイヤル 9:00~18:00 (土・日・祝日 9:00~17:00)

通話料 無料 0120-333-906

ご注文の際には、必ずオペレータに「広告番号14552」とお伝えください。



広告番号 14552

ご注文に関する注意事項... DHC通販では送料、ご購入合計が3,780円(税込)未満の場合、500円の送料を申し受けております。

会社グループ... 会社グループ(グループ代表:株式会社)、会社代表取締役(株式会社)、パナソニックホームズ(株式会社)...

情報 4月 掲示板

▼展示
▼創立50周年記念 花とゆめ展 in 広島



▼展示
▼MoZuの作業機を再現したフォトスポットなどを展示。

▼展示
▼「花とゆめ」の作品が切り開いてきた少女まんがの世界、読者に届けてきたときめきと感動の数々を、約200点の原画やラフ資料などの関連展示で楽しめる。

▼展示
▼MoZu ミニチュア展 ようこそ、ちいさな世界へ

▼展示
▼なつかしさいっぱい！ 收藏品展「航空機・船舶」

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

▼展示
▼「わかれの夜」、油を記念した回顧展。水辺の風景など特定のモチーフを、異なる時代、季節、天候を変えて描く試みを行っている。

住まいのスチリフォーム
抗菌加工の内装建材
コロナ禍以降、抗のではありません。抗菌・抗ウイルス加工を、表面塗装・化粧シート・石膏ボードの品質や施工方法によって持続性は異なるが、室内ドアのレールや引き出しの取っ手、収納家具の取っ手、取っ手など日常的に手が触れる部分です。製品選びのポイントとして、次のような点が挙げられます。

抗菌・抗ウイルス仕様の建材は、表面の塗料や化粧シートに、光触媒や銀イオンなどの抗菌・抗ウイルス成分が配合されています。細菌やウイルスの不活性化や増殖抑制が期待できるため、接触による拡散防止につながるとされています。

抗菌・抗ウイルス仕様の建材は、表面の塗料や化粧シートに、光触媒や銀イオンなどの抗菌・抗ウイルス成分が配合されています。細菌やウイルスの不活性化や増殖抑制が期待できるため、接触による拡散防止につながるとされています。

抗菌・抗ウイルス仕様の建材は、表面の塗料や化粧シートに、光触媒や銀イオンなどの抗菌・抗ウイルス成分が配合されています。細菌やウイルスの不活性化や増殖抑制が期待できるため、接触による拡散防止につながるとされています。

抗菌・抗ウイルス仕様の建材は、表面の塗料や化粧シートに、光触媒や銀イオンなどの抗菌・抗ウイルス成分が配合されています。細菌やウイルスの不活性化や増殖抑制が期待できるため、接触による拡散防止につながるとされています。

抗菌・抗ウイルス仕様の建材は、表面の塗料や化粧シートに、光触媒や銀イオンなどの抗菌・抗ウイルス成分が配合されています。細菌やウイルスの不活性化や増殖抑制が期待できるため、接触による拡散防止につながるとされています。

抗菌・抗ウイルス仕様の建材は、表面の塗料や化粧シートに、光触媒や銀イオンなどの抗菌・抗ウイルス成分が配合されています。細菌やウイルスの不活性化や増殖抑制が期待できるため、接触による拡散防止につながるとされています。

合人社ウェンディひと・まちプラザ(広島市まちづくり市民交流プラザ)通信
パソコンを学びませんか?
PCを使って欧州旅行を楽しもう
すぐに使えるワード講座
すぐに使えるエクセル講座
実務のためのパソコン合わせ技講座

Table with 4 columns: Course Name, Date, Location, Content, Fee, etc.
1. PCを使って欧州旅行を楽しもう (毎週日曜・全4回)
2. すぐに使えるワード講座 (隔週金曜・全4回)
3. すぐに使えるエクセル講座 (隔週金曜・全4回)
4. 実務のためのパソコン合わせ技講座 (毎週金曜・全4回)

▼無料体験相談会 くらしとお金のFP相談 2228・7513。5月13日・27日(水) ①13時②15時③17時④19時⑤21時⑥23時⑦25時⑧27時⑨29時⑩31時⑪33時⑫35時⑬37時⑭39時⑮41時⑯43時⑰45時⑱47時⑲49時⑳51時㉑53時㉒55時㉓57時㉔59時㉕61時㉖63時㉗65時㉘67時㉙69時㉚71時㉛73時㉜75時㉝77時㉞79時㉟81時㊱83時㊲85時㊳87時㊴89時㊵91時㊶93時㊷95時㊸97時㊹99時



©2024 SHU PRODUCTIONS LLC ALL RIGHTS RESERVED.

▼みんなの音楽学校 大作曲家、新たな出発 25回ベートロヴ エン、苦悩と絶望の淵からの復活と再生の物語、 7月4日(土) 13時 30分、14時30分、シンフォニア岩国ミュージックホール。新しい未来を切り拓いた作曲家たちの人生と音楽を、厳選した音源とともに解説！ベートロヴエンの壮絶な歩みを、名曲とともにたどる。料金は全席自由500円。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL0827・29・1600)。

▼オケストラ福山定期Vol.13 広島交響楽団 4月19日(日) 15時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。英国プロダクションの魅力発見！指図はジョシユア・タシヨ、ピアノはミシユカ・ヒラシユディ・モメ。曲目はヴォーン・ウィリアムズ「ワレント海峽」ほか。料金は全席指定S席6000円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL084・928・1810)。

▼シンフォニア岩国開演、JMSアステールプラザ大ホール。横山幸雄のデビュー35周年記念「ピアノ」指揮。横山幸雄×広島交響楽団で、ベートロヴエンの「エグモント序曲」交響曲第5番「運命」ピアノ協奏曲第5番「皇帝」を披露。料金は全席指定S席9500円ほか。発売中。【問】横山幸雄ピアノリサイタル実行委員会(TEL090・8600・4459)。

▼シンフォニア岩国開演、シンフォニア岩国コンサートホール。NHK交響楽団 岩国公演 7月26日(日) 17時 開演、シンフォニア岩国コンサートホール。NHK交響楽団 岩国公演。今年度は合唱団が初行つてから100年の節目。梅雨の長雨にふさわしく、ウイーンの爽やかな風をぜひ感じてください。料金は全席指定4000円ほか。発売中。※5歳から入場可。【問】同施設(TEL0827・29・1600)。

▼シンフォニア岩国開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設チケットセンター(TEL084・928・1810)。

▼オケストラ福山定期Vol.14 京都市交響楽団 6月21日(日) 16時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL082・426・5990)。

▼オケストラ福山定期Vol.14 京都市交響楽団 6月21日(日) 16時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL082・426・5990)。

▼オケストラ福山定期Vol.14 京都市交響楽団 6月21日(日) 16時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL082・426・5990)。

▼オケストラ福山定期Vol.14 京都市交響楽団 6月21日(日) 16時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL082・426・5990)。

▼オケストラ福山定期Vol.14 京都市交響楽団 6月21日(日) 16時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL082・426・5990)。

▼オケストラ福山定期Vol.14 京都市交響楽団 6月21日(日) 16時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL082・426・5990)。

▼オケストラ福山定期Vol.14 京都市交響楽団 6月21日(日) 16時 開演、ふくやま芸術文化ホールリーディングローム大ホール。チェコの新星アレナ・フロノが日本デビュー！坂田知樹のピアノとともに奏でるオール・ドヴォルザーク・プログラム。ドヴォルザークの重厚な交響曲と唯一のピアノ協奏曲！料金は全席指定S席6500円ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】同施設(TEL082・426・5990)。

5月24日(日) ①11時②14時、広島県立美術館。極秘リークされたイスラエル首相ベンヤミン・ネタニヤフとその側近たちの警察尋問映像には、彼らの隠された私生活が描き出されていた。いま必見のドキュメンタリー！料金は一般1400円(当日1000円増)。

▼広島交響楽団 第29回 廿日市定期演奏会 4月26日(日) 15時 開演、ウッドワンさくらびあ大ホール。指揮は中東を研究している広島大学総合科学部准教授の池端隆子さんを講師に迎える事前学習会が行われる(資料代500円要)。

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

▼廿日市市「こどもが主役のまち はつかい」 5月17日(日) 13時 開演、市民会館。13時

暮らしにプラスするヒント

いつものレシピに「混ぜるだけ」

ハンバーグのタネにひじきを混ぜたり、ポテトサラダにおおさを加えたりと、いつものメニューに「藻」を少し足すだけで、食物繊維やミネラルなどの栄養価がぐんとアップ!



「ちょい足し」を定番に

卓上に青海苔、刻み海苔を常備して、納豆、うどん、パスタにパツリと掛けるだけ。味噌汁に、乾燥わかめをボンと入れるのも。



忙しい時や外食には「お守り」を

「今日は野菜が足りないな」「外食続きで栄養が偏っているかも」という時は、クロレラやユーグレナの微細藻類のサプリメントを活用して。カバンにしのばせておけば、まさにポータブルサラダ! 忙しい毎日の心強い「栄養のお守り」になってくれます。



藻活プロジェクト
「藻」の魅力を広める取り組みが会社の神を起す。藻類に関する企業や人々と連携する「藻活プロジェクト」へと発展。藻類の魅力を広げ、もっと食卓に取り入れてもらうことを目的とし、多量種が一歩となり活動している。



わかめ、昆布、海苔...日本で古くから食べられてきた身近な食材である藻類は栄養素が多く、体に良いことで知られています。最近では日本だけでなく海外でも「藻」に注目が集まっています。藻類の魅力を広く伝えるため活動する「藻活プロジェクト」に参画する(株)ユーグレナの西田さんにお話を伺ってきました。

食卓に海の恵みをプラス— 藻が つくる、わたしの整う毎日



日本は藻類パラダイス

藻類とは、海中などに生息し、光合成を行う生物の総称です。主に「大型藻類」と「微細藻類」に分けられます。それぞれ異なる栄養素や働きを持っています。

《大型藻類》

「わかめ」「昆布」「もずく」など、肉眼で見ることが出来る海藻類。日本では縄文時代から食べられていた身近な食材。

《微細藻類》

「イマイクロメートル〜ミクロメートル」ほどの非常に小さな藻類。「ユーグレナ」「クロレラ」など、健康食品として利用されることが多い。

藻類は、私たち日本人の暮らしに深くなじんでいます。西田さんは「近所のスーパーに行くだけで、10種類以上の藻類に出会えます」と話します。普段から食卓にのぼる「わかめ」「昆布」「海苔」「ひじき」はもちろん、パックで手軽に食べられる「もずく」「めかぶ」、香り豊かな「あおさ」「青のり」、さらに「デザイ」トに使われる「寒天」も藻類の仲間です。サプリメントコーナーに目を向ければ、「クロレラ」や「ユーグレナ」を配合した商品も並んでいます。「意識して見てみると、その種類の多さにきつと驚くはず」と西田さん。

食物繊維が豊富で低カロリー!

藻類は、種類ごとに異なる栄養や健康効果を持っています。なかでも

共通しているのは、食物繊維が豊富であること。さらに、鉄やカルシウム、マグネシウムなどのミネラルも多く含まれています。加えて、低カロリーでヘルシーな点も人気の理由の一つです。

始めなければと身構えてしまいがちですが、西田さんは「毎日少しずつ、いろいろな種類の藻類を楽しんでほしい」と話します。体に良いものでも、それだけに偏らず、藻類を上手に取り入れたバランスの良い食生活が大切なのだそうです。

近年の研究では、日本人の腸内細菌には藻を分解する特殊な酵素を持つものがあることも分かっています。「日本人にとって藻類は相性がよく、いわば理想的な腸活ともいえます。古来の知恵を生かし、自分や大切な人の健康を守ってほしいですね」と西田さん。

無理をせず、今の暮らしに少しプラスする。それが藻で健康的に暮らし第一歩です。

※藻活®は(株)ユーグレナの登録商標です。

大型藻類 (海藻)	わかめ 食後の脂質や血糖値の上昇を抑え、腸内環境を整えてくれる強い味方!	昆布 豊富な食物繊維でおなかすっきりカリウムがむくみ予防に役立つ。
	もずく フコイダンによる免疫力UP、血栓防止やコレステロール低下へ期待。	海苔 鉄分や葉酸で貧血を予防。ごはん以外の相性も抜群!
	寒天 低GIで血糖値の上昇を抑え、豊富な食物繊維で腹持ちもばっちり!	
微細藻類	ユーグレナ 59種類の栄養とパラミロンで、栄養バランスや睡眠の質を整える。	クロレラ 必須アミノ酸で栄養を補いつつ、重金属などのデトックスを促進。
	スピルリナ アミノ酸バランスに優れ、抗酸化作用で若々しさをキープ!	オーランチオキトリウム 豊富なDHAで血液サラサラ! 鮮やかな色が特徴。

ねばとろアカモク納豆和えサラダ

調理時間5分

アカモクと納豆のねばねば食感が楽しい! アカモクと納豆のネバネバ成分には食物繊維が含まれ、毎日のスッキリ感や健やかな食生活をサポート♪

材料(2人分)
納豆(小粒)タレつき...2パック(45g×2)、アカモク...80g、ごはん(炊飯したもの)...お茶碗2杯分(150g×2)、刻みねぎ(お好みで)...適量、ドレッシング(和風しょうゆ)...大さじ2

- ① ボウルに納豆と添付のタレを入れてスプーンでよく混ぜ、粘りがでたら、アカモク、ドレッシングを加え、混ぜ合わせる。
- ② 器に温かいごはんを盛り、その上に①を乗せたらお好みで刻みねぎをトッピングする。

わかめの白あえ たつぷり海苔のせ

調理時間15分

ミネラルを含む海藻を使った日々の食卓に取り入れやすい一品です。

材料(2人分)
絹豆腐...150g、乾燥わかめ...3g、にんじん...15g、焼海苔...1/2枚、ドレッシング(和風しょうゆ)...大さじ2

- ① 豆腐をホイッパーで滑らかにつぶし、乾燥わかめを加え10分置く。にんじんは細切りにする。
- ② ①にドレッシングを加えて和え、器に盛りつけ、ちぎった海苔のをせる。

塩昆布とクロレラごはん

調理時間15分(+炊飯時間)

昆布のミネラルとクロレラに含まれるビタミンやミネラルといった多様な栄養素を組み合わせた、風味豊かな一品。

材料(2人分)
米...1合、クロレラパウダー...小さじ1/4、卵...1個、塩昆布...10g、ドレッシング(和風しょうゆ)...大さじ2

- ① 米を洗い、通常の白米よりも水をやや少なめにして炊飯する。
- ② ドレッシングにクロレラパウダーを加えよく混ぜておく。
- ③ 卵を溶き、炒り卵を作る。
- ④ 炊き上がったごはんに、②、塩昆布を加えよく混ぜ、③を入れ、おにぎりを作る。

海のミネラルとりんごのさわやかサラダ

調理時間15分(+冷却時間)

海藻ミックスに含まれるミネラルとりんごのポリフェノールやビタミンCは毎日のきれいづくりをサポートしてくれる組み合わせです。

材料(2人分)
りんご(ふじ)...1/4個(70g)、海藻ミックス(乾燥)...8g(水戻し後60g)、ドレッシング(和風しょうゆ)...大さじ2

- ① りんごはくし形切りにした後、そのくし形をさらに厚さ5mmほどのいちよう切りにして電子レンジで加熱する。(目安:600Wで1分)加熱後冷蔵庫で冷やしておく。(目安:1時間)
- ② 海藻ミックスは水(氷水がおすすめ!)で戻してからキッチンペーパーで水気をよく切る。
- ③ ボウルに①、②とドレッシングを加えてよく混ぜ合わせる。
- ④ 器に③を盛り付ける。

黒と紫のビューティーサラダ

調理時間15分

和風ドレッシングでさっぱり仕上げ、シャキシャキのキャベツとひじきの食感が楽しい一品。ひじきは鉄分が多く、毎日の食生活にも取り入れやすいのでおすすめ♪

材料(2人分)
紫キャベツ...40g、塩...ひとつまみ、ひじき(ポイル)...70g、ドレッシング(和風しょうゆ)...大さじ2、フライドオニオンやナッツ(お好みで)...適量

- ① 紫キャベツは3mm幅の細切りにし、塩をふって軽くもんで水分をだす。(目安:5分)軽くさっと洗って、キッチンペーパーで水気をよく切っておく。
- ② ボウルに①、ひじき、ドレッシングを加えよく混ぜ合わせる。
- ③ 器に②を盛りつけ、お好みでフライドオニオンやナッツをトッピングする。

作り置きにもぴったり!

今月のテーマ

物語の中の憧れの人

『ベルサイユのばら』のオスカル。思春期の読んだので、彼女聞ける人は少ないと思

『ワンス・アポン・ア・タイム』のルイ。自由人で妻がなく、信念を貫く姿に憧れます。

『シティーハンター』の冴羽獠。小学生時代の、女性を守る姿がカッコよくて、猿ちゃ

『サウンド・オブ・ミュージック』のマリナ。10代の頃の憧れ。人懐っこい、マ

『サウダド』のオプ。『NANA』の大崎。ミュージックのマリナ。10代の頃の憧

『サウダド』のオプ。『NANA』の大崎。ミュージックのマリナ。10代の頃の憧

『サウダド』のオプ。『NANA』の大崎。ミュージックのマリナ。10代の頃の憧

『風と共に去りぬ』のスカレット・オハラ。困難にも勇敢に立

『居眠り獅子』の坂崎鯨吉。剣の達人であ

『隠蔽捜査』の電嶋伸也。不正や隠しこ

『マダム・イン・ニューヨーク』のシャ

『ドラえもん』の野

『風の谷のナウシカ』

『吸血鬼ドラキュ

『君に届け』の鳳

『魔法の宅急便』

『花より男子』の牧

『芝浜』の女房。酒

『ガリレオ』シリ

『青春時代のバイブル』

『あさきゆめみし』

『明日は明日の風が吹く』

マンション生活に関する質問

排水口の臭い対策を教えてください。排水口の臭い対策を

キッチンや浴室、洗面所などの排水口から臭いがする主な原因は、ふたやゴミ受け

臭いを防ぐために、日常的なお手入れが重要です。排水口のゴミ受けや周囲にたまった汚れを取り除いた

風呂のカビはなぜか発生するのですか？毎日できる予防法を教えてください。

カビが発生する主な原因は、湿度が20〜30日のおよそ2〜3日、浴室を清潔に保ちま

カビ予防の基本は、「湿気を残さないこと」と「カビの栄養源を断つこと」です。

カネセイ食品、アサムラサキ、エヌエスの豆やピーナッツがアク

そつとおいしいこと 教えちゃいます

中區本通8、13にある村山造酢の千鳥酢。京酢加茂千鳥。香

イオンモール広島府中にあるサロンの私、スフレオムライ

ウズベキスタンパレス(中區立町1-26)のランチ。異国情緒が

じわじわカレー(佐伯区城山1-17-8)の3種盛りカレー。せい

中區銀山町6-15にある間借種業あらかや。炭火焼 西屋を間借

中區堺町1-6-25にあるカフェバセ。ランチにピッタリ!

ごぼうの天ぶらのポリ。中區立町6-13にある

中區立町6-13にある横浜家系ラーメン。今村家。太麺にスープが

東広島市西条土与丸5-2-22にある韓国家庭料理 オモツン。

海田町南幸町1-41にあるおのさんちのたこやき。大き

中區紙屋町1-6-9にある紅茶資料館。紅一門。香り高い紅茶と

中區国泰寺町1-3-17にある浜焼太郎。ランチの海鮮丼は魚

中區区紙屋町1-6-9にある紅茶資料館。紅一門。香り高い紅茶と

木漏れ日 エッセイ 大島 久美子 (おおしま くみこ) 世界に一つの声で歌おう



「音痴って言われるんです。直りますか?」私が歌い手を知ると、そのように話しかけてこられることが



Recipe section with various food photos and descriptions: カネセイ食品、アサムラサキ、エヌエスの豆やピーナッツがアク...

旭商会 (Asahi Shokai Co., Ltd.) advertisement with contact information and services.

Advertisement for mold prevention in bathrooms, including tips and product information.

Food guide section featuring various restaurants and dishes across different districts of Hiroshima.

総勢

117

名様に当たります!

読者プレゼント

07 コミック短編集『ボクとミコ』
提供/夏葉社
社会、友人、恋人とうまくやっていけなかった著者の“生きづらさ”を描いたコミック短編集。こころの底に眠っていた思い出にそっと光をあてる、不思議で、せつなくて、あたたかな26のストーリー。

1名様

04 みつちゃん総本店 広島流 お好み焼 そば入2枚セット
提供/ISE広島育ち
昭和25年創業。自社工場で丁寧に手焼きしたお好み焼です。同梱の特製ソースをかけてお召し上がりください。

5名様

冷凍食品につき、配送日/時間帯を次から指定してください。
5月20日~30日/午前 14~16、16~18、18~20、19~21時

01 折りたたみ自転車
提供/G.FLEX
コンパクトで持ち運びに便利な折りたたみ式自転車。 ※実際のものとは色・形などが異なる場合があります。 ※当選者には配送日等の連絡をします。 連絡先を必ず明記ください。

1名様

08 『アルペール・マルケ展』ペア招待券
提供/ひろしま美術館
4月11日(土)~5月31日(日)、9時~17時、ひろしま美術館。フランス近代絵画の巨匠アルペール・マルケの生誕150周年を記念した回顧展。油彩、パステル、デッサンなど約90点により、マルケの画業を紹介。

5ペア

アルペール・マルケ (Alpeel Marquet) 1935年 油彩/カンヴァス ボルドー美術館 © Mairie de Bordeaux, musée des Beaux-Arts, photo, F.Deval

05 フルピネ サングリア風
提供/オタフソース
自家製フルーツピネガーを手軽につくれるお酢が新発売! サングリア風に仕上げられたお酢にフルーツを漬けるだけで、半日くらいから味わえます。水や炭酸で割って飲んで、漬けたフルーツを食べると、楽しみ方はいろいろ。

12名様

02 カフェ&ブッフェ「ディッシュパレード」ペアランチ券
提供/ホテルグランヴィア広島
ホテルグランヴィア広島2階 カフェ&ブッフェ「ディッシュパレード」ペアランチ券。ブッフェスタイルでお好きなものをお好きなだけお楽しみください。

1ペア

写真はイメージです

09 「フィンランド スピリット サウナ」建築、デザインからサウナハットまで」ペア招待券
提供/広島市現代美術館
開催中~ 6月28日(日)、10時~17時、広島市現代美術館。2000年以上前のフィンランドで生まれたとされるサウナ。本展では、フィンランドの暮らしにふかく根づいたサウナの歴史や文化を多角的にひも解き、ゆたかな暮らしのひみつを紹介。

3ペア

ヴィヒタによるウィスキング ©Kati Lisenen / Kalevala Women's Association, Finland

06 ポイツともんじゃ(キムチ)
提供/オタフソース
簡単にもんじゃ焼が楽しめる話題のフリーズドライもんじゃの第2弾にキムチが新登場。作り方はキャベツと水を加えて焼くだけ! 大きめなキムチはしっかりとした食感で、ちよい辛・甘旨なもんじゃ焼が味わえます。

20名様

03 無菌パック広島こしひかり
提供/食協
清らかな水が湧き出るほたるの里、賀茂台地で収穫したおいしい広島こしひかりを便利な無菌パックごはん。 「無菌パック広島こしひかり(200g×3個・650円相当)」をプレゼント。

3名様

「分譲マンション管理」対策は万全ですか?
大規模修繕「車の備えは?」
「合人社」は提案します

理事会は、重圧・成り手不足・機能不全
管理会社は、委託料の値上げ・撤退
組合会計は、赤字・積立金不足

合人社グループ
合人社計画研究所
www.gojin.co.jp

第15回あきつマーケット
【日時】4月25日(土)10:00~16:00
【会場】安芸津駅前周辺
柄酒造前駐車場(メインステージ)、
正念寺前、呉信跡地、三津 福井館 ほか

地域にきわいを生産、キッチンカーなどみ出すイベント「第15回あきつマーケット」を企画します。柄酒造が4月25日(土)、東前駐車場に設けられる広島市の安芸津駅前周 特設ステージでは、地元で開催されます。地元で活動する団体による日本楽器の復興支援とる歌やダンスのほか、地域の賑わい創出を目標とする安芸津出身の歌手・南的に2019年から始 一誠さんや石川真帆さん、地域の商店街やんによる歌謡ショーも空き地、駐車場などを予定されています。子どもから高齢者まで、活用した分散型のマーケットとして親しまれる、世代を問わず楽しめる、地域参加型のイベントです。

会場には手作り雑貨やフード販売のおも また今回は合人社グループ「三津 福井館」でも音楽イベントが行われます。ほか、いちは室内合奏団「S.A.K.U.R.A.」による弦楽四重奏をはじめ、JAZZやフルートの演奏などが予定されており、落ち着いた空間でゆったりと音楽を楽しむこともできます。

地域の魅力を再発見しながら、安芸津のまち歩きも楽しめる一日、家族や友人と出かけてみてはいかがでしょうか。

フードや雑貨などのお店が大集合
音楽ステージも楽しめる!
「あきつマーケット」
安芸津町で4月25日に開催

地域のきわいを生産、キッチンカーなどみ出すイベント「第15回あきつマーケット」を企画します。柄酒造が4月25日(土)、東前駐車場に設けられる広島市の安芸津駅前周 特設ステージでは、地元で開催されます。地元で活動する団体による日本楽器の復興支援とる歌やダンスのほか、地域の賑わい創出を目標とする安芸津出身の歌手・南的に2019年から始 一誠さんや石川真帆さん、地域の商店街やんによる歌謡ショーも空き地、駐車場などを予定されています。子どもから高齢者まで、活用した分散型のマーケットとして親しまれる、世代を問わず楽しめる、地域参加型のイベントです。

Wendyは110万部 広告募集中
合人社グループ 出版局
「Wendy広告担当」まで
082-247-7479
www.wendy-net.com

Wendyは日本で唯一の分譲マンション向けフリーペーパーです

Wendy広島 100,000部

滋賀地区	6,100部	金沢地区	4,500部	立川地区	42,200部	札幌地区	1,000部
神戸地区	17,300部	新潟地区	3,300部	仙台地区	8,200部	仙台地区	8,200部
姫路地区	12,500部	上越地区	800部	宇都宮地区	2,300部	宇都宮地区	2,300部
鳥取地区	4,000部	大分地区	17,300部	さいたま地区	48,000部	さいたま地区	48,000部
大板地区	109,100部	長野地区	400部	柏地区	22,200部	柏地区	22,200部
津地区	3,300部	所沢地区	9,300部	町田地区	75,600部	町田地区	75,600部
岡山地区	10,700部	浜松地区	8,400部	市川地区	15,900部	市川地区	15,900部
松江地区	4,600部	名古屋地区	108,700部	船橋地区	34,800部	船橋地区	34,800部
山口地区	3,800部	岐阜地区	6,600部	23地区	163,000部	23地区	163,000部
福岡地区	41,700部	徳島地区	4,400部	静岡地区	2,400部	静岡地区	2,400部
長崎地区	3,500部	高松地区	9,100部	横浜地区	80,300部	横浜地区	80,300部
熊本地区	11,000部	高知地区	2,200部				
鹿兒島地区	11,400部						
松山地区	7,300部						
大分地区	6,200部						
宮崎地区	3,500部						

お菓子の豆知識
フレンチトースト

卵、牛乳、砂糖を染はありませぬ。古代ロミ達でパンをバターマです。中世のヨーロッパで焼いたフライパンにフランスで焼くフレンチトースト。日本ではメープルや牛乳に浸して焼く食シロップやクリーム、フルーツなど添えて提いわれています。名前どちらかというスイアしたパンという意味や、その名前から、発祥はフランスと思われがフランスではフレンチトーストのことを「パン・ベルデュ」と呼びます。直訳すると「失われたパン」。固くならないようにバターを塗り、それを再びおいしく食べるための知恵から生まれた料理です。

ALways Security OK
ALSO
0120-889-110

広島総合警備保障株式会社
0120-889-110

18 宮島水族館ペア入館券

提供/Wendy広島

宮島水族館の入館券をペアで、瀬戸内海の神秘的な世界を体験できるだけでなく、スナメリ、ペンギン、トドやアザラシ、コツメカワウソなど愛らしい動物にも出会えます。

15名様



16 「サンフレッチェ広島」観戦チケット

提供/サンフレッチェ広島

5月23日(土)、エディオンピースウイング広島、名古屋グランパス戦。メインスタンドのチケットをペアで。



1名様

13 ガソリンのギフト券

提供/広島県石油商業組合

これからの季節、車でのお出かけにぴったりな「ガソリンギフト券」(1,000円×2枚分)をプレゼント。ガソリン・軽油・灯油の購入はもちろん、洗車やオイル交換などのサービスにも利用可能。全国約8,000店のガソリンスタンドで使えます。

3名様



10 「第461回定期演奏会」ペア招待券

提供/広島交響楽協会

5月17日(日)、15時開演、広島文化学園HBCホール。指揮:ジョン・アクセルロッド、クラリネット:三界達哉(広響首席奏者)。曲目はコープランド「クラリネット協奏曲」ほか。

2名様



指揮:ジョン・アクセルロッド クラリネット:三界達哉

19 「カフェ・ポンテ」食事券

提供/合人社グループ

広島平和記念公園対岸、元安橋もとにあるオープンカフェ「カフェ・ポンテ」では本格イタリアンが楽しめます。食事券(10,000円相当)をプレゼント。

3名様



17 「広島ドラゴンフライズ」観戦ペアチケット

提供/広島ドラゴンフライズ

5月2日(土)、広島サンプラザホール、富山グラウジーズ戦。2階エンド(Hブロック側)席のチケットをペアで。



2名様

5月2日(土) VS 富山グラウジーズ

14 「広島東洋カープ」観戦チケットペア招待券

提供/Wendy広島

5月8日(金)、マツダスタジアム、東京ヤクルトスワローズ戦。ロイヤルボックス1塁側のチケットをペアで。



1名様

11 『呉市春の文化祭 呉ジョイントパレエコンサート』ペア招待券

提供/呉ジョイントパレエコンサート事務局

5月4日(月・祝)、14時開演、呉信用金庫ホール。「美しく、舞う」。呉市に拠点を置く、パレエ教室(芥川瑞枝パレエ研究所、川口パレエスタジオ、石原パレエアカデミー)による合同舞台!ジョイントコンサートならではの華やかな世界をお楽しみください。

1名様



前回の公演より

15 「広島東洋カープ」観戦チケットペア招待券

提供/Wendy広島

5月20日(水)、マツダスタジアム、横浜DeNAベイスターズ戦。ロイヤルボックス1塁側のチケットをペアで。



1名様

12 広島映画サークル第449回例会「ネタニヤフ 諷刺と戦争」招待券

提供/広島映画サークル

5月24日(日)、11時・14時上映、広島県立美術館。極秘リークされたイスラエル首相ベンヤミン・ネタニヤフとその側近たちの警察尋問映像には、ニュースの裏側にある彼らの隠された私生活が引き出されていた。権力者の「力への欲望」を白日の元に曝す、いま必見のドキュメンタリー!

5名様



© 2024 BNU PRODUCTIONS LLC ALL RIGHTS RESERVED

応募方法

プレゼントの中から好きなものを1つ選び、住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス・プレゼント番号とプレゼント名・今月号で良かった記事または広告、ご意見、ご感想を記入の上、封書・ハガキ・FAX・メール・応募フォームにてご応募ください。併せて「記事」、「頃の体感」、「ここはどこ?」にも応募でき、マルチチャンスとなります。応募は1世帯につき、1通までです。確実に景品をお届けするため、住所はマンション名や〇〇様方なども省略せず、正しくご記入ください。ご記入いただいた個人情報(住所・氏名・電話番号・メールアドレス)は、景品の発送、メールマガジンの配信、合人社グループ各企業からのご案内等に使用することがあります。個人情報についてはウェンディ広島編集部が責任をもって管理いたします。

〒730-0036
広島市中区袋町4-31
合人社広島袋町ビル6階
「月刊ウェンディ広島編集部」
FAX (082)247-7483
E-mail wendy-h@wendy-net.com
応募フォーム
<https://syuppan.f-form.com/wendyh>



応募締め切り 4月14日消印有効

折りたたみ自転車の当選者はプロフィール、コメントを紙面で発表。(氏名・住所が特定できるような発表はいたしません。)

折りたたみ自転車当選者 前回の当選者は西区のKさん(50代女性・パート)【コメント】桜の時に土器ダムのサイクリングコースを回りたいです。

品質・信頼・実績



ALTS 総合建築業・防水工事・改修工事
株式会社アルツ
Co., Ltd

大規模修繕工事・防水工事に 取り組む技術者集団です。

[建設業許可] 広島県知事(特・般)第23349号
〒733-0035 広島市西区南観音7丁目10番4号
TEL(082)532-5675 FAX(082)532-5676

頭の体操

アナタデキマスか? ムリカナ? ショウブシマセンカ!

クロスワード

Grid for crossword puzzle with numbers 1-30 and letters A-G.

「分譲マンション管理」 対策は万全ですか? 限りに近づく...

ナンプレ

9x9 grid for a number puzzle with numbers and letters A-D.

タテのキー 1女性を表すアルファベット2米飯と魚介類...

「頭の体操」クロスワード「ナンプレ」...

9列9段のマス目が3列3段のブロック(合計9ブロック)に分かれています...

Answers for the puzzles and contact information for the magazine.

季節の花

アンズ 中国原産のバラ科の花です。開花時期は3〜4月...

タンポポ キク科の多年草で、3〜5月に黄色い花を咲かせます...

ここはどこ?



先月の答 ①広島宮島口駅(廿日市市)②久地パーキングエリア 上り(安佐北区)...

宮島ロープウェイ 世界遺産・日本三景「宮島・弥山」の空中散歩...

MADE IN GERMANY
ESCHENBACH

ルーペメーカーが提供する逸品 LEDワイドライトルーペ



専用スタンド付き



reddot design award
winner 2011

選ばぬかれた素材と確かな技術が
生み出す世界の名品たち。品質を追い
求めるそのこだわりを、紹介します。

エッセンバッチの売上ナンバーワン・ルーペシリーズ。
確かな技術により開発された、高倍率、大型レンズのライト付き非球面ルーペです。
握りやすいグリップで手持ち式として満足にお使いいただけますが、専用スタンドを使うことで
置き型、スタンド式としても使用可能。1台で3通りの使い方ができる便利なルーペです。
新聞や書籍、スマートフォンの拡大、工作や修理など日常のさまざまなシーンで活躍するだけでなく、
会議の手元資料の確認や、名刺の小さい文字の拡大など、仕事上の文字の見えづらさもスマートに解決します。
より細密なものを見たい方には4倍もご用意しております。

こんなシーンに最適です

手持ち式	置き型	スタンド式
軽量設計で疲れにくい	置くだけで焦点が合う	両手が使えて便利
<ul style="list-style-type: none"> スマホを拡大して楽々 会議で手元の資料が大きく見やすい 	<ul style="list-style-type: none"> 新聞の1段を丸ごと拡大するから読みやすい 名刺の小さい文字を確認 	<ul style="list-style-type: none"> プラモデル等工作や手芸、修理に両手が使えて便利 安全に爪切りができます

価値ある1台 4つのポイント

- 高倍率かつ大型レンズ
ゆがみの少ない部分を効率的に切り取った角型ルーペ
- 拡大範囲の隅々までまんべんなく照らす
高照度LEDライト付き
- 世界的に権威あるデザイン賞
red-dotを受賞した洗練されたフォルム
- 専用スタンドで
手持ち・スタンド式・置き型
3通りの使い方が可能

- LEDワイドライトルーペ<3倍>**
商品番号ES-225W **22,000円**(本体価格20,000円)
サイズ(約):縦68 x 横204 x 厚さ28mm 重さ(約):180g(電池含む)
- LEDワイドライトルーペ<4倍>**
商品番号ES-226W **23,760円**(本体価格21,600円)
サイズ(約):縦63 x 横188 x 厚さ27mm 重さ(約):138g(電池含む)

エッセンバッチとは
1913年ドイツ創業の光学メーカー。300種類の品揃えを誇るルーペのリーディングカンパニーです。

●共通 専用スタンド サイズ(約):縦62 x 横12 x 高さ73mm 重さ(約)52g 材質:本体・専用スタンド=ABS樹脂、レンズ=PXM光学樹脂/連続点灯時間(約)70時間(アルカリ電池使用)/付属品:専用スタンド、輝度調整キャップ、レンズカバー、単三電池2本(動作確認用)/1年間保証/ドイツ製(スタンドは中国製)

商品提供:株式会社エッセンバッチ光学ジャパン

本物だけを。価値のある物だけを。

日経社
通販歳時記

〒107-0051 東京都港区元赤坂1丁目2-7 赤坂Kタワー11階(株)日本経済社

お客様からご提供いただいた個人情報に基づき、商品提供会社、または(株)日本経済社より新商品等のご案内を差し上げる場合がございます。

商品の発送元、お支払先は商品提供会社となります。

●弊社はお客様の個人情報保護を実施しています。詳しい内容はホームページ(<https://www.tsuhan-saijiki.jp/info/privacy>)をご覧ください。

ご注文はこちら
お電話での受付時間は
9時~20時です。
土・日曜日・祝日も受け付けて
おります。

☎ **0120-314-914** (電話)
※携帯電話からもご利用できます。
☎ **0120-314-947** (FAX)

代金のお支払い方法
一括代引きのみとさせていただきます。
お届け時に商品と引き換えに現金またはクレジットカード
でお支払いください。
※商品のお届けは、通常5日前後です。
※送料は一律税込880円です。
※交換・返品は商品到着後、7日以内にお願いたします。
※お客様のご都合による交換・返品の場合の送料はお客様
のご負担となりますので、ご了承ください。
※ご使用後の交換・返品はご容赦ください。
※商品のお届け先は日本国内に限らせていただきます。
(一部離島を除く)

●FAXのご注文例

日経社通販歳時記宛 注文書

1. 〒住所
2. 氏名(ふりがな)
3. 電話番号
4. 商品名 商品番号 数量

インターネットでも注文できます。
通販歳時記 **検索**