



千代田日記

～ちよだにっき～

主婦のナインショ話

ネットショッピングを利用していますか？

20歳以上の男女を対象に、ネットショッピングについて調査したアンケートがあります。まず、「ネットショッピングの利用頻度は？」の問いから。「一番多かったのが「月に1回程度」で28・7%、次に、「月に2〜3回」が21・1%、「半年に数回」が20・2%と続き

ました。なかには「ほぼ毎日」と答えた人が0・2%、「週に3〜4回」と答えた人が2・3%と、かなり頻繁にネットショッピングをしている人もいます。

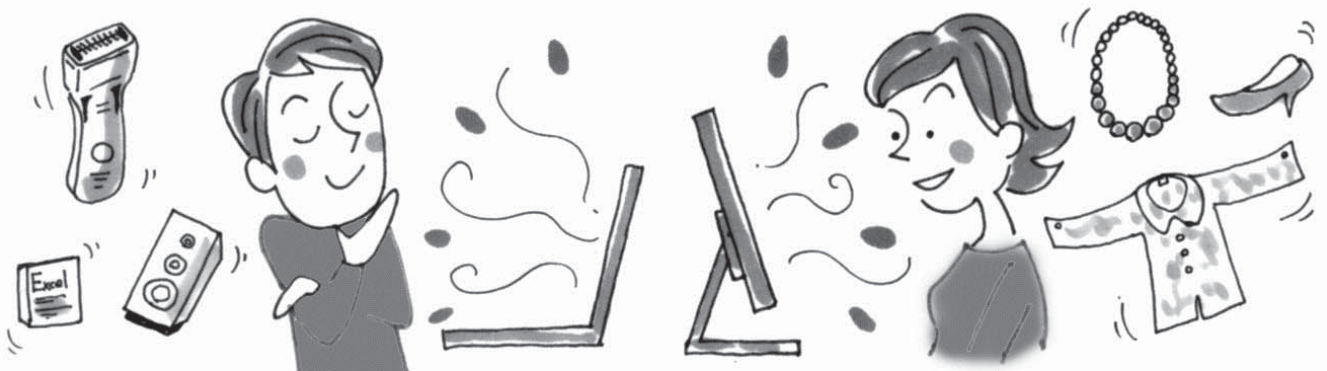
では、ネットで何を購入しているのでしょうか？ 男性で多かったのが、家電やAV機器、パソコン、パソコンソフトなど。どこで買っても品質に違いがなく、ネット上で価格や保証面などを比較検討しやすいという点で、多く購入されているようです。

一方、女性で多かったのが、衣類や靴、アクセサリなどのファッションアイテム。リアル店舗よりも安く買えたり、店をはしごしなくても済んだり

する点が魅力でしょう。ただ、実際に試着できないのは大きなデメリット。そこで最近では、返品送料無料としていたり、商品ディテールを丁寧に写真で紹介しているショップもあるようです。

お酒や水など、飲料をネットショッピングで購入している人も少なくありません。ある程度の値段になれば送料無料でしている店も多く、重いボトルやビンを自宅まで運んでくれるのはありがたいものです。実際、「エレベーターのない5階なので、玄関まで運んでもらえるのは、本当に助かる」という人も。

ほかに、ネットショッピングのよい点は、クチコミを見られること。実際に購入した人の意見は、購入するかどうかの有効な検討材料となります。ますます便利になっていくネットショッピング。毎日の暮らしに上手に活用したいですね。





算し足の暮らしの心

心が伝わる手紙

手紙を書いたりもらったりする機会が少なくなりました。でも、手書きの手紙はやっぱりうれしいもの。そこで、心が伝わる手紙の「コツ」を紹介しましょう。

まず、文面について。あらためた手紙なら別ですが、友人などに出す普段の手紙なら、飾らない言葉を選びましょう。「元気でいます。最近、ヨガをはじめました」というように、メールを打つような感覚で大丈夫。なお、さわやかな天気の日や午前中に書く、明るい雰囲気の内面になります。

次に筆記用具について。万年筆がおすすめです、独特のにじみが温かみや味わいを添えてくれます。インクの色は青や茶色にすると、明るい印象になります。

使せんやハガキ選びも楽しみたいもの。たとえば相手が猫好きなら、



猫モチーフの使せんに。「自分の好きなものを覚えていてくれた」と、喜ばれるでしょう。名前にちなんだ絵柄のハガキ(小百合さん、百合子さんからユリの絵柄など)にするなども遊び心を感じさせますね。

手紙のよさは一方通行でもよいこと。メールだと、受けとったまま返信しないと印象が悪くしてしまいますが、手紙なら、返事を書かなくても大丈夫な場合が多いものです。相手に気を使わなくて済む点が、手紙のやさしさとも言えます。短い文章で十分です。友人や知人に、久しぶりに手紙を書いてみませんか。

神はいなくても人は生きて死ぬだけだ。人生を楽しめばいいんだよ。

—— ウディ・アレン

ウディ・アレンはアメリカ人の映画監督であり、俳優。多くの自作映画に出演もしていて、ダイアン・キートンと共演した「アニー・ホール」で、アカデミー賞を受賞しています。1986年の作品、同様にアカデミー脚本賞などを受賞した「ハンナとその姉妹」で、ウディ・アレン演じるミッキーが言ったセリフが冒頭のもの。

が悟ったのが、「人生は楽しめばいいんだ」ということ。冒頭のセリフには続きがあります。「何も深刻に考えることはない。だから、暗い人生を送ることはやめて、ないものねだりの答えも求めず、命の続くかぎり楽しむんだ」。

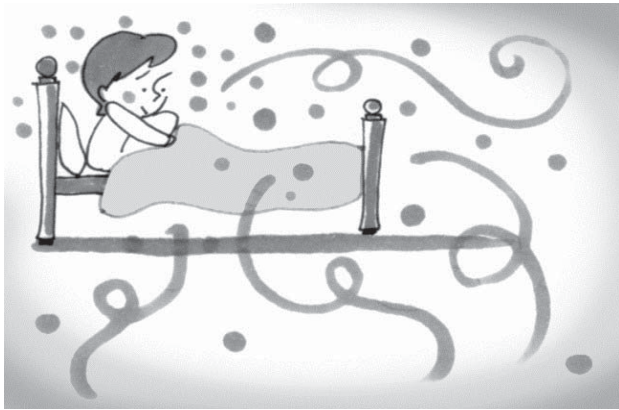
ミッキーはテレビ番組のプロデューサーなのですが、病気恐怖症。脳に腫瘍があるかもしれないと医者に言われてから、死に対する恐怖を大きく抱くようになります。宗教を変えてみたり、自殺しようとしてみたり……。

結局、腫瘍は良性だとわかり、病気恐怖症を克服するのです。そのとき、彼

ミッキーはテレビ番組のプロデューサーなのですが、病気恐怖症。脳に腫瘍があるかもしれないと医者に言われてから、死に対する恐怖を大きく抱くようになります。宗教を変えてみたり、自殺しようとしてみたり……。



人生を開く扉



気が進まないことを
しなければならぬときは
なぜ嫌なのか
なぜしたくないのかを
考えましょう
そして、どうしたら
楽しく行えるかを考え
工夫してみましょう

出会うなという人は、タンスの中を確認してみてください。
洗う方などにもよりますが、下着の寿命はおおよそ1年くらい。それ以外にも、色あせ、ほつれ、毛玉が出来たなどの下着は、運氣アップのために処分したいものです。処分する際は、一旦紙に包むか紙袋や封筒などに入れてから、所定のゴミ袋に入れて。
新しい下着を購入する際は、運氣アップの色を意識してみましょう。白は気を浄化する作用が。仕事運には緑、青を。人との縁はオレンジ色。クリーム色なら全体運が高まり、現状よりモランクアップできます。

ほのぼのの開運術

<下着で運氣アップ>

下着は衣服の中で、もっとも体に近いところに着けるもの。しかも、直接肌に触れるので、下着次第で運氣が大きく左右されます。
まず基本的なことですが、くたびれた下着は運氣を下げてしまいます。とくに恋愛運や出会い運に影響大。「最近、あまりいい人と



★難しい漢字の読みに挑戦★

以下は食品名です。読めますか？

- | | |
|------|------|
| 1、扁桃 | 2、大蒜 |
| 3、豌豆 | 4、甘蕉 |



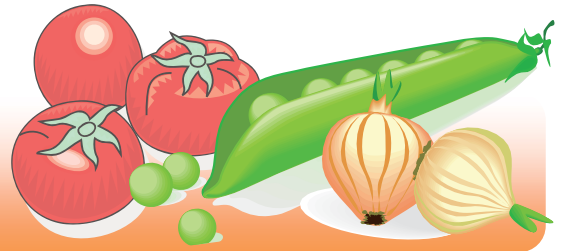
【正解】 1、アーモンド／2、ニンニク／3、エンドウ／4、バナナ

【解説】「扁桃」と言えば、口の中の部位。

風邪で赤く腫れたりするところ。実は、形がアーモンドに似ていることから、

「扁桃」の漢字が使われました。

元気もいもい 健康レシピ



3月の元気レシピ＜サバのハーブパン粉焼き＞

サバは青魚の代表で、日本人にはとても身近な魚。栄養果が高く、不飽和脂肪酸のDHAやEPAがたっぷり含まれています。そのため、動脈硬化を防いだり、脳を活性化させたり、悪玉コレステロールや中性脂肪を抑えたりといった効果が期待できます。また、ビタミン類や鉄分も豊富なので、疲れをとったり、代謝をよくしたり、貧血を予防したりする働きもあります。

★レシピのポイント★

サバは鮮度が落ちやすく、鮮度が落ちると臭みが出るので、新鮮なものをその日のうちに調理したいもの。ハーブやニンニクを加えることで、サバの臭みが抑えられます。

材 料(2人分)

サバ 2切れ
塩 少々
レモンのくし切り 2切れ

【A】

パン粉 大さじ4
粉チーズ 大さじ2
レモン汁 大さじ2
オリーブ油 大さじ1・1/2
ニンニクのみじん切り 小さじ2
タイムのみじん切り 小さじ2
ローズマリーのみじん切り 小さじ1
塩 少々 こしょう 少々

1. サバは塩をふり、しばらくおく。



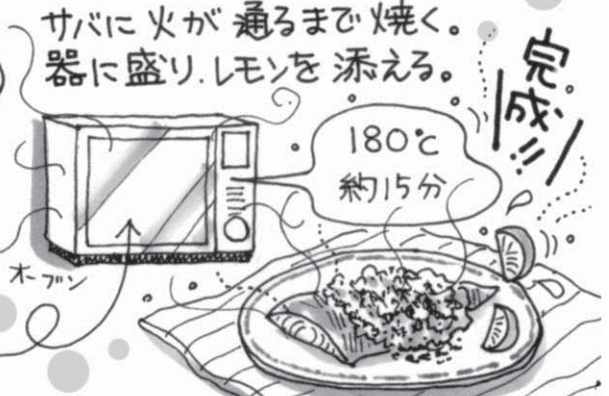
2. 【A】を混ぜ合わせておく。



3. サバの水分を拭いて耐熱皿に入れ、【A】をのせる。

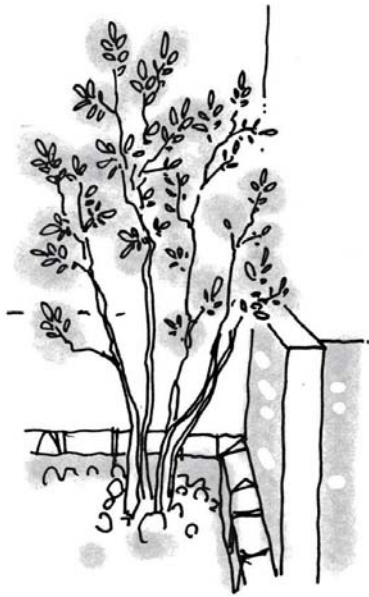


4. 180℃のオーブンで約15分、サバに火が通るまで焼く。器に盛り、レモンを添える。



ちょっと教えて! 家づくり

家の庭に、我が家の目印になるようなものが欲しいのですが...



庭をお持ちならシンボルツリーはいかがでしょう。シンボルツリーとは家を引き立ててくれる樹のことです。

玄関のエントランスの一角に樹を一本植えるだけなので、広い庭は必要ありません。

実際にシンボルツリーを植えられた方は、「樹を一本植えるだけでこんなに家の雰囲気が変わるなんて!」と驚かれます。とはいえ樹の種類はたくさんあり、どれがいいのか迷うところ。中には、庭木にすると縁起が悪いと言われるものもあります。

選ぶ基準は、手に入りやすく、世話が楽で、姿が美しいこと。常葉樹ならシマトネリコ、ソヨゴ。落葉樹ならハナミズキ、ヤマボウシ、エゴノキ、カツラ、モミジ、シャラあたりを勧める園芸家もいます。

ごあいさつ

今年に入って金庫の売れ行きが伸びています。すでに一部テレビ等で報道されていますが、ホームセンターやネットショップで売りが続いています。試しにある通販サイトで金庫を検索したら、見事に全部売り切れてしまった。これがマイナス金利に対する素直な反応なのでしょう。

自宅でお金を保管する「タンス預金」ブームはますます広がっていますが、金地金を入れる人も増えています。先日、弊社に来店した方から『火事になったらこの金地金はどうなりますかね?』と質問がありました。金地金はとても丈夫なんです。溶け出す融点が1000度。火事では燃えません。ちなみに9・11の時、ワールドトレードセンターの地下金庫に8トンの金塊が有りましたが、多少変形したものの価値は全く変わらず無事だったそうです。

「タンスに金」も『あり』ですよ。

発行: 株式会社ゴールドリンク

 Gold Link Corporation
<http://www.goldtsumitatekun.com>

【住所】 〒102-0072

東京都千代田区飯田橋2-8-5 多幸ビル九段10階

【電話】 03-5275-5588

【FAX】 03-5275-5677