



2009年

4月

第10号



発行：株式会社アルカンシェル
北九州市小倉南区志井264-7
TEL：093(964)2841
FAX：093(964)2840
eメール：enn@chive.ocn.ne.jp

<http://www.ie-enn.co.jp>



入学と卒業

3月は、卒業の季節。達成感と充実感のエネルギーが世の中にあふれています。4月は、様々なスタートの季節。夢と希望、新しい出会いに期待で胸が一杯になりますね。過去も大切に、未来も大切に、一日一日を大切にこの春を多いに満喫しましょう。

また、ご祝儀を渡す機会も増えると思いますが、そのとき、ご祝儀袋の中にメッセージカードも同封されてはいかがでしょうか。先様の喜んだお顔を想像しながら考えるメッセージは相手も自分も幸せな気持ちにさせてくれます。

株式会社アルカンシェル 代表取締役 岡本広治

元気が一番！

多くの会社やご自宅に掲示されている「明元素・暗病反」つくづく思います。心も体も元気でないと「明元素」となりませんよね。

暗病反 (あんびょうはん)				明元素 (めいげんそ)			
現状維持言葉	暗病反	明元素	現状打破言葉	暗病反	明元素	現状打破言葉	明元素
難しい	大変だ	楽しい	頑張ります	大変だ	頑張ります	頑張ります	頑張ります
辛い	苦しい	うれしい	努力します	苦しい	努力します	努力します	努力します
ダメだ	不幸だ	素晴らしい	挑戦します	不幸だ	挑戦します	挑戦します	挑戦します
まずい	どうせ	おいしい	やってみよう	どうせ	やってみよう	やってみよう	やってみよう
	どうでもいい	すてきだ		どうでもいい			
		きれいだ					
		まだ若い					
		おもしろい					
		充実している					
		お元氣さま					

不動産情報

■賃貸住居

- ・小倉北区若富士町
1K 40,000円 (家賃)
2,000円 (共益費)
10,500円 (駐車場)
2DK 45,000円 (家賃)
2,000円 (共益費)
10,500円 (駐車場)
- ・小倉北区南丘
2LDK 60,000円 (家賃)
3,000円 (共益費)
6,300円 (駐車場)
- ・小倉北区中津口
3DK 50,000円 (家賃)
0円 (共益費)
無し (駐車場)

■賃貸事務所

- ・小倉北区若富士町
9.52坪・11.1坪・14坪
12坪・21.5坪
40,000円
～107,500円 (家賃)
10% (共益費)
駐車場有り 別途料金
- ・小倉北区片野新町
22.37坪・29.89坪
52.26坪
130,000円
～300,000円 (家賃)
10% (共益費)
駐車場有り 別途料金

緊急安全対策・防犯対策・・・ドロボウが狙う20のポイント (福岡県警生活安全総務課)

【家の外周】①周囲からの見通しが悪い ②敷地内に砂利が敷かれていない ③家の周囲にセンサーライトがない ④玄関の周囲が暗い ⑤二階への足場になるものがある

【玄関・勝手口】⑥壊しやすいドアである ⑦簡単に開く鍵である ⑧ドアにガードプレートがついていない ⑨ドアに2個以上の鍵が付いていない ⑩カメラ付きのインターホンがない

【窓】⑪窓に雨戸やシャッターがない ⑫壊しやすいガラスである ⑬ガラスに防犯フィルムが使われていない ⑭サッシに補助錠がない ⑮はずしやすく・壊しやすいサッシ枠である ⑯居室以外の窓に面格子が付いていない

【バルコニー】⑰手すり、腰高から姿が見れない

【その他】⑱防犯カメラがない ⑲鍵を掛けずに外出している ⑳玄関の鍵を屋外に隠している

【雑学王】幕の内弁当の「幕の内」って？

この幕とは芝居の幕のことで、歌舞伎の関係者が楽屋で仕出し弁当を食べ出したのが始まりだそう。後に観客も注文するようになって、幕と幕の合間に食べるようになったのでこういわれるようになった。

【なぜなぜ】

顔が真っ赤な
有名人は？



【メタリックソート】 ウエスト径を減らそう！

★高脂肪、高ショ糖、高加里、低繊維食に注意★

内臓脂肪がたまりやすいのは、高脂肪食、高ショ糖食、高加里食、低繊維食です。濃い味付けは塩分を摂りすぎるだけでなく、食欲をそそり、食べ過ぎを招いてしまいます。

★アルコールは、ほどほどに★

「百薬の長」ともいわれてますが、脂肪に変わりやすいのでとり過ぎは禁物です。

★ウエスト日記をつけてみよう★

ウエスト径や、体重の変化をチェックすることで、生活習慣の反省点を見つけることができますし、ウエスト径の減少に成功すれば達成感が得られます。

【おすすめ桜ナビ】ドライブがてら…♪

見頃:3月下旬～4月上旬ごろ

●鎮国寺:宗像市吉田 966

空海が、日本で最初に創建したと伝えられるお寺で、ソメイヨシノから御所桜まで約3000本が咲き誇ります。

●甘木公園:朝倉市甘木菩提寺 79

ひょうたん型をした2つの桜池・もみじ池を中心に約4000本の桜が見られることから、県下でも有数の桜の名所として知られています。

●垣生公園:中間市垣 428

三大祭りの一つ、筑前中間さくら祭り(3/29)も開かれ花見客でにぎわう。池のボートから眺める赤橋と桜の調和が美しく、また夜桜見物ができる名所としても知られています。

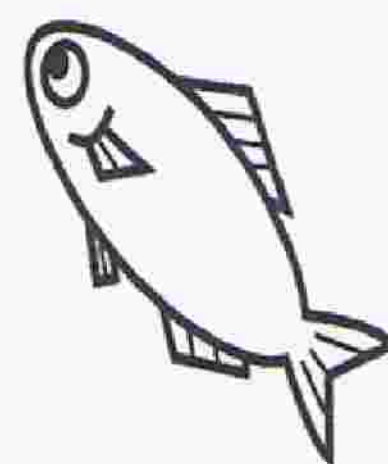
【超簡単レシピ】新たまねぎとサーモンのマリネ

材料:サーモン(お刺身用) … 100g

新たまねぎ … 1玉

- ① 新たまねぎは薄くスライスし、軽く水にさらして水から上げておく
- ② サーモンは食べやすい大きさに切る
- ③ 皿にサーモンと新たまねぎを色よく盛り合わせ、ドレッシングを添える。

※ドレッシングは、お好みでどうぞ！



次回の第11号は、7月配布予定です。

なぜなぜ答え:マッカーサー

北九州市の定額給付金の支給ー支給時期は6月にー
景気後退下で住民への生活支援と地域の経済対策を目的とし、対象者1人につき 12,000 円(ただし 基準日に 65 歳以上又は 18 歳以下の方は 1 人につき 20,000 円)です。

★各旅行会社は福岡ー関西往復2万ーの定額給付金ツアーや1泊12,000 円の宿を企画。

★各土日祝日の高速道路料金が1,000 円で乗り放題は2009 年3月28日よりスタート。

★JR西日本は定額給付金に合わせて12,000 円の特別切符「西日本パス」を4月8日から発売。

利用期間は5月8日ー6月29日の金、土、日、月曜。

★高速道路料金が安くなる ETC 機器が売れている

お出かけ情報の一部ですがー何に使われますか？

定額給付金支給を装った「振り込め詐欺」には気をつけましょう！

■ビーズ教室

4/13(月)、24(金) 10:00～

■パソコン教室

4/2(木)、9(木)、14(火)

16(木)、23(木)、28(火)

時間はお問い合わせ下さい



アルカンシェル 行 TEL:093-964-2841 FAX:093-964-2840 eメール:enn@chive.ocn.ne.jp

皆様のお住まいやお店で気になる箇所や見てほしい箇所、イベントへの参加申し込み、皆様のまわりで紹介したいお店や商品、匠の情報、他への配布先の紹介等…お気軽にご連絡くださいませ…おって、ご連絡いたします！！

内容(用件等):

の件

お名前:

電話番号:

連絡可能時間帯:●指定アリ 午前・午後

時 ~ 午前・午後

時まで

●指定ナシ