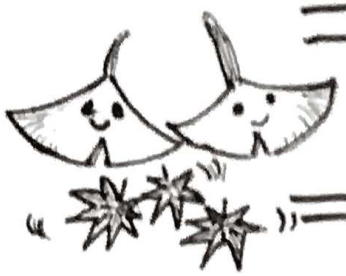

ねこの手通信

Vol.14
11月号
(2017.11.25発行)

みなさま、こんにちは！いつもお世話になっております♡最近はおだやかな秋晴れ
の日が多くて嬉しいですね☼年末になってきたので、自宅の大掃除を少しずつ進めています。
やはり掃除の肝(キモ)は断捨離!!です。自分で時にはムダに買ったものを捨てる痛みを感じる
のもとっても大事。捨てることでムダに買わなくなりますからね 物って長く持てば持つほど
「これって○○のときに○○と買った○○」って想い出になっちゃいますよね。ユニクロで買った洋服でも
10年持てば同じように想い出の品になってしまいます(笑)全ての事が有限です。モノも時間も
空間も全ては優先順位をつけて考えられるよーになれば、スッキリと気持ちの良い自由な日々を過ご
せると思います。私もまだまだまだ修業の日々ですが「今、何が大切か…」という事を常に考え時間
を使う習慣が身についてきました！それでも皆さんに色んな事で取締られていますけどー(取締られ役 @ねこの手)
今後もよろしくお願いします。近江商人の考え方「三方良し」を目指して！

お客様コーナー

M山様。数々の家事代行を比較してねこの手をご利用頂きました！

いつも ていねいなお仕事をして頂いて、大変たすかっています。毎日いらしていただきたい位です。これからもよろしくおねがいします!!

→ こちらこそです〜！M山様、かくれユーチューバーで、とてもユニークな方です♪

これってほんと?! クッキングコーナー！

スパゲッティーをゆでる時に塩と重そうを入れてゆでると な、な、なんと!! 中華めんになる！
というウワサ。材料は以下のとおり。

☆ スパゲッティー 100g ☆

水 ‥‥‥‥	1ℓ
塩 ‥‥‥‥	大さじ1
重曹 ‥‥‥‥	大さじ1

→ なるべく細いスパゲティーがいいみたいです。

ドラッグストアで重曹を購入(食品用の)。いざ！実証するぞー
ととりかかったところ…パスタを買ってないのに気づき断念！アホ
食べた感想は次号へ！ 続く…(泣)

ねこの手グルメ

「Maison Saka」青葉台
とっても美味しくて美しい盛り付けのフレンチです♡超オススメ！予約
045-961-0117 してね

関係者いわく、「本物の20代と比べてないからだわ」とのこと。なんてこった

ねこボス事件簿 2017

おじいさまに26才に見られた事件(85才) → 目がわるいのかも
26才男子に「ぼくより年下でしょ」と言われた事件
駐車場のおじさん(55才)に22才に見られた事件

健康情報「わかさ」(パクリ)

40才以上必読書 今すぐできる 血管死(脳・心臓の)を防ぐ方法
〜食品、食べ方編

みなさん、生きてると色々ありますが、ピンピンコロリを目指したいですよね。血管の劣化は、認知症はじめ万病のもとだし老ける原因と言われています。キャー！こわい

まずは…
× NG因子 ×
- タバコ
- 深酒
- 肥満(BMI 22がベスト)
- せっかち
- 短気
- いじわる
- 高血糖
- 高血圧など

上記にあてはまって「ギクッ」とした方！大丈夫です。
今から少しずつできる事で改善しましょう。まずは以下のリストを参考に血管にイイもの食べる心がけからはじめませんか？

◎マル(たくさん)
- ★ たんぱく質はる食たべる(肉・魚・豆・とうふ・納豆 たまご・牛乳・チーズなど)
- ★ おかし・フルーツは食後
- ★ パン・米は色の黒いもの
- ★ 人工甘味料はOK

✖バツ(へらす)
- ☆ お酒は…
  - 辛口ワイン 2杯
  - 焼酎水割り 2杯
  ぐらい○
- ☆ 甘いおかしの間食 ×
- ☆ どんぶりめし ×
- ☆ はちみつ 黒糖 ×

ねこの手スタッフコーナー

ねこボス取締役(笑)
山元さん！

自称、ねこの手スタッフ一番の家電オタクの山元です。お客様に人気の家電は「ダイソンのハンディタイプの掃除機」ですね！6割程の方が使用していると思います。スタッフの中でも好き・嫌い分かれていますが、私は好きに1票です。やはり吸引力はNo1だと思います。私もこの冬に購入したいと計画中です。

ねこの手メイドサービス

追伸：使用時間が20分程度と短いのがネックですよね…

→ 家電で悩んだらご相談下さい(^^)