

# ～すてきにリ・ライフ NEWS 2021年 6月号～

\*ごあいさつ\*

こんにちは。緊急事態宣言下ではございますが皆様、お変わりなくお過ごしでしょうか？もう少しの間、我慢の日々が続きそうですがワクチン接種も進んでいるようですので少し光が見えてきたように感じます。

6月に入り暑くなってきましたね。今年は梅雨入りが早く既に雨にはウンザリですが、紫陽花の花を飾って、梅雨ならではの風景を味わっています☆

熱中症にも気を付けなければいけない季節です。普段から規則正しい生活リズム&まめな水分補給を心掛けて備えましょう。

\*リ・ライフ かわら版\*

## 梅雨のオススメの過ごし方

天候も気分も落ち込みがちな梅雨時期だからこそオススメの過ごし方をご紹介します★

～梅雨時期簡単オススメの過ごし方～

### ①マッサージ、ストレッチ

1日3回耳を上下横に引張り回すマッサージだけでも耳周りの血流がよくなり頭痛防止に効果的です！

### ②ビタミン・カルシウム・ミネラルが豊富な食事を摂る

(鶏肉のオレンジ煮、もずくスープ、シチューなど)  
③お風呂に浸かる(36℃～40℃程度)または半身浴  
熱すぎるお湯は頭痛を引き起こしたり体力を消耗してしまうので、ぬるま湯に浸かりましょう。

### ④温かい飲み物を飲む(ジンジャーティー、白湯、緑茶...)

### ⑤読書や映画・音楽鑑賞

積読本や映画を消化するのもいいかもしれませんね★

### ～番外～雨や曇りの日は部屋を明るくする

部屋が暗いと気分も体調も落ち込んでしまいがち。朝から外が暗い日はなるべく部屋は明るくして過ごすことで日光の変わりになり体の不調を防止できます♪

梅雨時期は気圧の変化や日照時間が少ないため自律神経のバランスが乱れがちなので梅雨時期は趣味などでリラックスして楽しく梅雨を乗り切りましょう♪

\*6月 インフォメーション\*

## グリーン住宅ポイント制度を賢く活用しましょう！

今回は先月ご紹介したグリーン住宅ポイント制度の対象工事での5万ポイント獲得事例と、獲得したポイントのお得な活用方法の例をいくつかご紹介致します。  
※獲得ポイント数は対象設備・工事内容によって変動します。下記の獲得ポイント数は参考例ですのでご了承ください。

### ★トイレのリフォームの場合★

対象の工事で 合計：68,000ポイント獲得  
30,000ポイントをグレードアップ工事代金に充当  
残りの38,000ポイントは商品交換に充当

### ★玄関のリフォームの場合★

対象の工事で合計：54,000ポイント獲得  
追加工事の窓シャッター取付工事代金に54,000ポイントを充当し現金払いと併用

### ★エコキュート+浴室・洗面室の改修の場合★

対象の工事で 合計：95,000ポイント獲得  
追加工事代とグレードアップ工事代金に60,000ポイント充当し、現金払いと併用  
残り 35,000ポイントは商品交換に充当

詳しい内容についてはインフォメーションをご覧ください☆

## (株)リ・ライフプロデュース

<ショップ> 〒700-0973 岡山市北区下中野377-1  
ベスト電器岡山本店1Fリフォームコーナー  
TEL (086) 241-9741

<オフィス> 〒700-0973 岡山市北区下中野351-101  
TEL (086) 246-7233 FAX (086) 246-9930

フリーダイヤル：0120-690-123

URL: <http://www.relife-pro.com>

リ・ライフプロデュース

検索

ブログ更新中!

\*施工レポート\*

## 岡山市北区Y様邸マンションリノベーション

物件探しからお手伝いさせていただいたY様邸。購入を決意された物件は築30年のマンションで設備機器も内装も30年前の新築当時のままでした。せっかくのマイホームですから思い切ってリノベーションする事に!! 既存のものは一切残さず、全てY様がショールームなどで選ばれたものでフルリノベーション。

対面キッチンから思い切ってオープンキッチンに変更。暗くて狭かったキッチンスペースが開放的なキッチンに♪ 導線もスムーズです。

Before



水回り設備機器はすべてY様ご夫妻が選ばれたもの。お手入れのしやすさを重視して選ばれたそうです。玄関収納はあえてオープン棚に。

After



ご主人様が在宅でお仕事ができるワークスペースも確保しました。扉を閉めればスッキリ隠せます。Y様にとってお気に入りのお家に生まれ変わりました☆ Y様ありがとうございました。

**\*不動産事業部\***

こんにちは、リ・ライフプロデュース不動産部です。最近、ご購入の問い合わせがちょっぴり少なくなってきたように感じますが、緊急事態宣言が出ている世の中です。不動産業界のみならず、どの業界においても辛抱の時期ではないでしょうか…。しかし、このような時期だからこそ様々な物件情報の収集に傾倒しなければなりません！不動産を売りたい・買いたい、のご相談をお待ちしております！お気軽にお申し付けください。

**☆令和3年5月の成約御礼！**

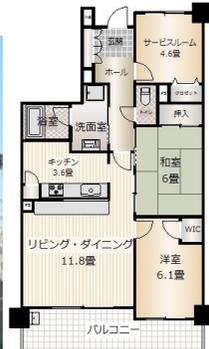
- ・サーパス富田 6階部分
- ・北区平野土地 北区原土地



\*\*\*ご縁のあった皆様、おめでとうございます！\*\*\*

**★リ・ライフおすすめ物件情報★**

**ディアステージ奥田公園 3階部分 2LDK+S**  
【1,580万円】



室内の保守管理状態良好につき、ちょっとした手直し、もしくは美装等でお住まいになれる物件です。南向きで日当たり良好です。バルコニーにスロップシンクが付いてお掃除にとっても便利です。たくさんのお問い合わせをお待ちしています。

所在地：岡山市北区奥田二丁目2番30号  
交通：岡電バス『岡南営業所』バス停徒歩7分  
用途地域：第2種住居地域  
構造：鉄筋コンクリート造9階建 3階部分  
新築年次：平成12年9月（築20年）  
専有面積：71.65㎡ バルコニー面積：12.59㎡  
事業主：大和システム株式会社  
施工会社：鉄建建設株式会社  
管理会社：株式会社六吹ハウジングサービス  
インフラ：上水道、下水道、都市ガス、電気  
管理費：7,300円 修繕積立金：10,740円  
駐車場：近隣月極（敷地内空き区画無）6000円～  
現況：空室 引渡：相談 取引態様：仲介

**\*ガレージセール！もらってください！\***

**☆大好評 ガレージセール☆**

いつも沢山のご応募ありがとうございます。取りに来てくださる方にお譲りしています！



**\*ドレッサー**

高さ 約145cm  
幅 約110cm  
奥行 約40cm



お化粧や、ちょっとしたデスク作業に最適です。収納もできます。流行りのナチュラルな色合いがお部屋のインテリアにもオススメです☆☆

応募多数の場合は抽選となります。お気軽にお電話ください♪

☆締め切りは **6月28日(月) 正午まで**☆

**\*簡単お料理レシピ\***

**『オートミールのレモンヨーグルトシフォン』**



**材料(15cm型)**

- オートミール 40g
- オートミルク又は豆乳 60cc
- ギリシャヨーグルト (水切りヨーグルトでも可) 60g
- てんさい糖 (キビ糖等でも可) 15g
- 蜂蜜 10g 卵黄 2個分 卵白 2個分
- レモンの皮すりおろし スプーン1杯分



**作り方**

1. オーブンを160度で余熱する。
2. オートミールにオートミルクを入れて5～10分ほどおきハンドブレンダーで良く混ぜ、ギリシャヨーグルト、卵、レモンのすりおろしを順に加え、しっかり混ぜます。卵白にてんさい糖を数回に分けて入れ、しっかりツノが立つまで泡立ててメレンゲを作り、メレンゲはさっくり混ぜ合わせ、3回に分けて型に流し、台にトントンと軽く落とし空気を抜いて、余熱が完了したオーブンに入れ25～30分焼きますオーブンから出し、型をひっくり返し冷めたら、型から外し完成です。～ぜひお試しください♪～

**\*気になる今月の運勢は？ 6月占い\***

**牡羊座**…行動よりも思考の時間が有効のようです。考えて計画を立てて結末まで予想した上でアクションを起こすようにしましょう。一度起こってしまったことは、取り返せないことの方が多いようです。言葉についても気を付けておきましょう。

ラッキーデー4日・15日・21日

**牡牛座**…好調な運気を引き続き保ち、中でもグループでの取り組みが吉と出ています。なにかと意見を求められることも多いでしょうが、思ったことを口にしてみましょう。

ラッキーデー2日・16日・25日

**双子座**…内から力が湧いてきて、何事でも望み以上の結果を出すことができそうな運気をしています。ひと頑張りしてみると良いでしょう。

ラッキーデー2日・15日・26日

**蟹座**…慎重の上に慎重を重ねるくらい、物事の決定前には十分な吟味が必要になってきそうです。責任の大きなことは、絶対に自分の手で最後まで進めることを優先させておきましょう。

ラッキーデー11日・15日・24日

**獅子座**…チャレンジに追い風が吹くようです。やってみたい、試してみたいと思いつつも、一歩が踏み出せていなかったものはありませんか？6月は、そういった分野に思い切って飛び込んでみるのが良いようです。

ラッキーデー3日・16日・25日

**乙女座**…人に関する運気が好調のようです。長年の友人や仕事仲間との関係も好調のようで、特に人間関係でのトラブルとは無縁となりそうです。対人問題でわずらわしさを感じない今のうちに、他の問題を片付けていくと良いでしょう。

ラッキーデー6日・14日・30日

**天秤座**…積極さが成功をつかむ力になってくれそうです。何事も前向きに捉え、頑張ってみることをオススメします。こうだと思ったら、即行動を起こしてみましょう。やや過剰とも言えるくらいの反応を見せて、ちょうど良いといった程度かもしれません。

ラッキーデー10日・18日・29日

**蠍座**…ライバルの存在があなたの成長を大いに助けてくれそうです。そういった存在は、あなたをもうひとつ段階上の人間へと押し上げるチャンスを与えることでしょ。

ラッキーデー4日・15日・28日

**射手座**…継続していることは、急に辞めたりしない方が良いでしょう。粘り強く、結果が出るまでしつこく食い下がるような、気概を見せておけば周りの評価も大きくアップしそうです。

ラッキーデー3日・16日・23日

**山羊座**…あれやこれやと忙しさの中に身を投じることになり、色々と余裕がなくなって大変な気持ちになってしまいそうです。優先順位を固めてから動くようにすると良いかもしれません。

ラッキーデー7日・16日・25日

**水瓶座**…周りの悪いことがあなたに連鎖、飛び火してくる運気をしています。良くない空気を感じ取ったときは、そっとその場を離れるフットワークを示すと良いでしょう。

ラッキーデー12日・20日・27日

**魚座**…何度かピンチを経験しつつも、最終的にはすべてが丸く収まるような、忙しい運気をしています。気持ちがそのとき完全に切れてしまわないで、良いことが起こる未来をイメージして気持ちを直すようにしましょう。

ラッキーデー2日・15日・24日