

6月 イベントのご案内

LIXIL 住まいのリフォーム相談会

日時：6月16日（日）10時～16時

場所：LIXILショールーム船橋（船橋市夏見1-20-8）

①ショールームにご来場 & 簡単なアンケートにお答えいただいたお客様へ カレー用野菜セットをプレゼント	②あなたとご家族様の暮らしのイメージチェックシート「ライフスタイルコンパス」にご記入いただいたお客様へ カレーをプレゼント	③リフォーム工事でLIXIL製品定価30万円以上のお見積りをご依頼いただいたお客様へ 美味しいお米をプレゼント
④フェア当日にLIXIL製品定価30万円以上のご成約をいただいたお客様へ イオン商品券 ¥2,000分をプレゼント	⑤ご来場いただいたお子様全員に お菓子をプレゼント キッズコーナー・授乳やおむつ替え用のスペースを完備。また、ベビーカー貸出もしております。お子様連れのご家族様もどうぞ安心してお越し下さい。	⑥最新IHクッキングヒーター 実演&体験 実際に機器をさわって「使ってわかる」商品の特長を体験してみませんか。美味しさを実感「試食」もご用意しております。

使い心地を体験しながら探そう！宝探しゲーム（抽選でQUOカード等が当たります！）
ご参加のお申込みは、お電話、HPにて承ります！

工事部 兼 LIXILリフォームショップホームウェル習志野店長 みやぎあつおのブーツジョロキア vol.1



いつも工事部日記を読んで頂き、誠にありがとうございます。
かれー



この前、大正製薬に関係のある方のお宅を工事させていただきました。
なんでも、新薬の開発に関わる仕事をしているということでした。
大正製薬といえば、ファイトー一発の「リポビタミンD」だと思いましたが、黄色と茶色の「大正漢方胃腸薬」というのもあるらしいです。
この「リポビタミンD」といえばタウリン1000mgですが、1000mgというのは1gです。
「タウリン1g」と書くよりも「タウリン1000mg」と表現した方が、なんだか凄そうに感じます。
1と1000ではインパクトが違います。
こういうのを数字のマジックというのでしょうか？
1年と365日だと、どちらが長く感じますか？
1日当たり300円と1月当たり9000円はどうですか？
また、1日当たりコーヒー1杯分という表現の仕方もあります。

同じ文章でも漢字が多いと難しい内容に感じるし、漢字が少ないと軽い内容に感じるのではないのでしょうか？

これは、話す時も同じで、難解な言葉を使って話すと、それを聞いている相手は「こいつ、なかなかできそうだな」なんて思わせることができます。
今の文章の中でも、「難解」という言葉を使っていますが、これを「難しい」と書くと、違う印象になります。
ひらがなで「むずかしい」と書く方法もあります。

私もこれからは、自分をよりできる男に見せる為に、よりむづかしい言葉をつかうようにしてみようと思う
工事部日記担当でした。

No.42

2019年6月発行

LIXILリフォームショップ
ホームウェル習志野
株式会社 宮城建設
フリーダイヤル:0120-14-2292
TEL:047-472-2292
FAX:047-474-0289

みやけんニュース 6月号

(ミヤケン社長)

★宮城健志の奇跡を起こすライフスタイル vol.41

皆さま、こんにちは！社長の宮城健志です。

先月ご紹介させて頂いたアクション。
「今起こることに對して、常に考えをめぐらせましょう。」でした。
いかがでしたか？

「イメージすることの大切さ」

結果を出し、パフォーマンスを高めるには、
映像にてイメージすることが大事です。

ただ紙の上で考えるだけではなく、
これから起こるあらゆることにたいしてイメージするのである。

世界中で結果を出し、勝ち続けている人は、
このことにいち早く気づいたからと言ってもいいでしょう。

アクション
今起こることに對して、出来る限りイメージしてみてください、、、
場所、発言、周りにいる人、
寝る前にも明日のことをイメージしてみてください。



今月の
アクション

今起こることに對して、出来る限りイメージしてみよう

※著者井上裕之先生365日 コーチングブックから引用

ギャラリー・レンタルスペースのご案内

“ギャラリーMIYAGI”は、レンタルスペースとなっております。

【有料 ※ご利用は、2時間～ご予約可能】2時間 ¥1,250～
(個展・グループ展・絵画・版画・写真・工芸などの)ギャラリー、講習、セミナー、サークルの場として
ご利用いただけます。ご利用に関する詳細や、ご予約は、お電話にてご相談ください。

■フリーダイヤル 0120-14-2292

みやけんニュースご不要の方は、弊社までご連絡ください。
お手数をおかけし申し訳ありません。

近頃、ご利用が増えています。
ありがとうございます。

Health

むくみを解消しましょう！

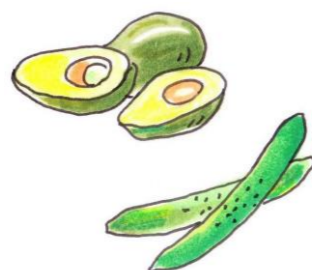
カエルの脚のように足裏同士をつけて股関節を伸ばし、足の付け根をほぐしましょう



後ろで手を組み、そのまま左右の肩甲骨を引き寄せるように、腕をグーッと後ろに引っ張りましょう。

塩分や水分を排出してくれる食材

塩分を体外へ排出してくれるカリウムを多く含む食材にアボカドやバナナがあります。また、ブルーベリーなどに含まれるビタミンEもそのような働きがあります。利尿作用があり、体内の水分量を調節してくれるキャベツやアスパラガス、きゅうりもおすすです。



酢はもちろん、ケチャップやマヨネーズは意外と低塩調味料なので、それらを使うのも良いですね！

梅雨のたるさの一因に体のむくみがあります。解消して、憂鬱な時期を元気に乗り切りたいですね！

①ストレッチで代謝を上げる！

梅雨の時期は気圧の低下で自律神経のバランスが崩れやすくなり、代謝も下がるそうです。そこで、代謝を上げるストレッチを。肩甲骨の内側や足の付け根をほぐすことで、血流とリンパの流れが良くなり、代謝を上げる手助けになります。

②むくみを招く、塩分の多い食品を避ける

しょうゆやみそなど塩分の多い調味料は少なめに。煮物などには出汁を活用したり、みそ汁は具たくさんにして味わいを増すことで味噌の量を減らすことができます。

かんたんレシピ

チキンときゅうりの梅肉和え

教えてくれた人…尾田衣子さん
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。
<http://ryo-ri.net/>

大葉の香りもさわやか！バルサミコ酢のアクセントを効かせた、さっぱりとして食べごたえもある一品です。

材料

(2~3人分)

- サラダチキン(市販)…100g、きゅうり(薄切り)…1/2本、梅干し…1個、大葉(粗切り)…4枚
- バルサミコ酢・オリーブオイル…各小さじ1、塩・黒こしょう…適量



①きゅうりは塩もみをし、しっかり水気を切る。梅干しは種を取り、包丁でたたく。

②サラダチキンは手でほぐし、①、梅肉、大葉をざっくりと混ぜ合わせ、器に盛りつける。

③バルサミコ酢、オリーブオイルを混ぜあわせ、②にかけて黒こしょうをふる。

※水っぽい仕上がりにならないよう、きゅうりの水気はしっかり切りましょう。

マッチョな税金コラム・・・土地の価格について・・・

京成津田沼駅前「千葉あんしん相談室」を運営しております税理士の中林善明です。近所の桜の花も散り、専務の髪もすっかり「オッ」といけな。不定期ながら今回もまた短編コラムを書かせていただきます。今回は税金とはちょっと離れ、土地の価格についてお話をさせていただきます。



習志野市津田沼4丁目8番16号
中林ビル2階
☎047-419-5697
中林善明税理士事務所

皆様は土地の価格って、どれだけの種類があるか知っていますか？一般的には4つとか5つと言われていて、

具体的には

① 実勢価格

実勢価格とは売り手と買い手の希望価格が一致して成立する価格です。よく「時価」と言われるものがこれに一番近いものと言えます。

② 地価公示価格

毎年、国土交通省が1月1日時点の地価として公表する価格です。実際の売買された契約例を売買実例といいますが、その売買実例価格と過去の地価公示価格などを参考に、不動産鑑定士が現地を調査しながら価格を検討し、国土交通省が公表します。下の③から⑤のベースになる価格です。

③ 基準地価格(都道府県地価調査)

都道府県が毎年7月1日時点の地価として公表する価格です。計算方法は、おおむね②の地価公示価格と同じです。

④ 相続税評価額(路線価)

国税庁が毎年1月1日時点の価格として公表する価格で、相続税や贈与税の申告で使う評価額です。(私が一番得意とする価格ですね)

⑤ 固定資産税評価額

市町村が1月1日時点の価格として固定資産税課税台帳に登録される評価額です。皆様が毎年4月頃に市役所から送られてくる固定資産税の根拠となっている評価額です。

⑥ 相場

これは、よくある土地評価の参考書にはない考え方ですが、私は不動産売買で一番重要な価格と考えています。相場とは、①の実勢価格を裏付けに時間の経過とともに蓄積した経験値だと考えます。つまり、その地域の不動産屋さんの頭の中にある価格ですね。

正直、これでは土地の価格は分かりづらいですね。同じ土地に6つの価格があるんです。1物6価ですね！ましてや不動産売買の価格は売り手、買い手の置かれている立場によってその価格は大きく変わります。どうしても欲しい人は2倍の価格を提示したり、お金が必要で早く売りたい人は半分の価格を提示するという話はよくある話です。もう、1物無限価です！だから不動産評価は難しいと言われているんですね。

よくお客様から「今持っている不動産はいくらで売れるかな？」という相談を受けます。それでは最後に、私がどんな方法で売買価格を事前に把握するかを説明したいと思います。まず公表されている上の①と②の価格を調べ、友人がやっている競争入札を得意とする不動産会社へ簡易査定を依頼し⑥を把握します。これにより、おおそ間違いのない売買価格を把握しています。ご参考まで。