

きらきら通信

Vol. 37
ホンダ山陰中央(株)発行

9月になり秋が待ち遠しくなってきましたね。
そこで、暑さで疲れた体をリフレッシュできる簡単レシピをご紹介します！

鶏肉ときゅうりのさっぱり和え (3~4人分)

＜材料＞

- | | | | | |
|-------|------|---|---------|----------|
| 鶏のささみ | 150g | ① | 醤油・酢・砂糖 | 各大さじ1 |
| きゅうり | 1本 | | 和風顆粒だし | 小さじ1 |
| 梅干し | 2~3個 | | わさび | ほんのり香る程度 |



＜作り方＞

- 鍋にお湯を沸かし、酒大さじ2(分量外)を入れる。筋を取ったささみを入れてすぐに火を消し、そのまま5分程度おいてから取り出す。
- きゅうりを縦半分に切って4~5cm程度の薄切りにする。梅干しは種を抜いてたたく。
- 取り出したささみをほぐし、①・きゅうり・梅干しを混ぜ合わせる。
仕上げに白ごまをかけるとさらにおいしくなりますよ♪

梅干しは胃腸の調子を整える作用だけでなく、便秘対策にも有効とされています。
きゅうりにはカリウムが豊富に含まれているので、夏バテ予防に最適です☆

おいしいアレンジ!! インスタントラーメンを作る時、火からおろす直前にちぎったレタスを入れる。
レタスは90%以上が水分で胃腸の働きを活発にするビタミンUを含むので、水分補給・食欲不振時に◎

夏の紫外線でパサついた髪を美髪へ

・パサツキチェック・

- モワモワするアホ毛
- 顔周りのチリつき
- ツヤがない
- 毛先のまとまりのなさ

プラスケア
〜パサついた髪の絡まりのとり方〜
絡まっている毛先部分を水で濡らし毛先を濡してヘアオイルをなじませる
目の粗いコームで毛先からとき、仕上げに髪のをドライヤーで乾かす

〜サラサラシャンプーの仕方とケア〜

- ① シャンプーの前にブラッシング
髪のもので表面についた汚れやホコリを取り除いたリ浮かせて
- ② 予洗い
予洗いするだけで髪のもので汚れを7~8割落とすことができるのでブラッシング後しっかりと予洗いをしよう
- ③ ガシガシこすり洗いはしない
頭皮の毛穴が傷つけば美髪から遠ざかってしまいます。指の腹を使って優しく洗いましょう
- ④ 泡で包み込んで洗う
STEP1: シャンプーは手の平で泡立ててから洗う
STEP2: 毛束を泡で包み込んで洗い、よくすすぎ軽く水気を取る
STEP3: トリートメントは毛束ごとになじませる
- ⑤ タオルドライ
髪全体をこすらず、優しくおさえるように行う
- ⑥ ドライヤーは冷風も使用する
全体を乾かし上から冷風をあてて完成

紫外線に負けない美髪を手に入れましょう

2021.8.5発表 新型 CIVIC

魅力いっぱいポイント!

上質かつスポーティーなフォルム

- ・流れるようなサイドビュー・ルーフラインがもたらすクーペライクなスタイリング。
- ・CIVICのCを象徴するテールランプを採用。



实用性を兼ね備えた上質インテリア

- ・開放的でクリアな視界。
- ・快適な運転を実現するホールド感あるシート。



今なら
残価率アップ
+低金利1.9%
で無理なくお支払い♪

月々ムリなく、ゆとりと安心。
Honda Financial Services 残クレ 1.9%
※低金利1.9%は2021年10月末日までになります。

爽快CIVIC
お店で体感してくださいね!



※ 装備はグレード・タイプによって異なります。

意のままに操る走行性能

- ・ドライバーに忠実な出足の良さと加速感。
- ・ハッチバックならではの安定感ある走り。



選べるカラーは全5色



試乗車は店舗によって異なります。詳しくは店舗スタッフまでお問い合わせ下さい。