

『サンハイツ大和』の豊かなコミュニティをつくる

ふれんど

2021.8
Vol.205



大和屋

● 不動産部 ● 〒360-0031 熊谷市末広2-118 TEL.048-522-8612

<http://www.yamatoya-kk.co.jp/fudousan/>



8月旬のくだもの ぶどうを食べよう♪

体力回復・老化対策に効果的！



ぶどうには果糖(ブドウ糖)が豊富に含まれており、体内で素早くエネルギーに変換されるので体力回復にも効果的とされています。その他食物繊維や鉄分、皮にはポリフェノールの一種であるアントシアニンが含まれ、細胞の老化を防ぐということで体にもとってもおいしい食べ物なのです◎

美味しいぶどうの見分け方とは？

美味しいぶどうの特徴は

- ・粒がふっくらしてみずみずしいもの
- ・ブルーム(白っぽい粉)が付着しているもの
- ・軸が太くて緑色(茶色の場合はお早めに)
- ・黒ぶどう濃い色のものが熟しておすすめ
- ・緑ぶどうは黄色みがかかったものがおすすめ



森の家展示場

暑い夏でもエアコン1台

熊谷にある Passive House を
ぜひご体感ください♪

森の家 熊谷

検索

お問い合わせは



大和屋



MORINOIE.KUMAGAYA

入居者の変更・追加の場合はご提出をお願いします

ご入居時に皆様へ入居者登録用紙をご提出いただいておりますが、入居後に住んでいる方が変更・追加している場合は、こちらの用紙に必要事項をご記入いただき、管理人室ポストへご投函をお願いいたします。また、今後変更・追加がございましたら、入居者登録用紙をお渡しいたしますので管理人までお声がけください。
ご協力のほどよろしくお願いいたします。

自然災害などの緊急事態の際
入居者様の安全確保に務めるため
家族構成を把握させてください◎

サンハイツ大和 第1・第2・第3・第5

号室 氏名：

【追加】

カナ

氏名： 続柄： 生年月日： 年 月 日

カナ

氏名： 続柄： 生年月日： 年 月 日

【削除】

カナ

氏名： 続柄： 生年月日： 年 月 日

カナ

氏名： 続柄： 生年月日： 年 月 日

サンハイツ大和管理人室ポストへ投函ください

お問い合わせ ご相談は「サンハイツ大和管理人」または「くまがや館」までご連絡ください。

サンハイツ大和管理人： ☎048-525-3660 ☒090-2458-0838 勤務時間 毎日8:00～17:00(年末年始・GW・夏期休業有り)

くまがや館： ☎048-524-3488 開館時間 毎日10:00～17:30(毎週水曜日・年末年始・GW・夏期休業有り)

夜間緊急連絡先： ALSOK・総合警備保障ガードセンター ☎0120-49-2413(24時間受付対応)

★今月のエッセイ★

日流るるは本
月が二〇一〇
早いもので十
九ツツハイッ
タツツハイッ
一年が過ぎし
入社半年後
東日本大震
の日の空は底
いい出来事な
ました。先月
大規模土砂災
から逃れた自
でしようが日
自分でも出来
しつかり準備
います。孫(女
が十一月にま
ます。大変な
も思つてはな
心づいてはな
来れば男の子
の思ひからだ
とは、男の子
れるとも、男
の子で、男の
まで！と言ひ
せん！と言ひ
が通じたのか
の！後、無事
た！後、無事
てきてくれる
かりです。十
しお休みを頂
行く予定ですが
早く会いたい
みにしてあり
み

●ご意見・ご要望がございましたらご記入し、管理人室行きポストへご投函ください

サンハイツ大和 第1・第2・第3・第5

号室 お名前：