

# ミス・バレンタインの 今週の星占い

8月22日～8月28日

★ラッキーワード  
★ラッキーカラー



### おひつじ座

3.21～4.19

自分の心と身体をケアすることが求められています。生活習慣を見直し、健康に良いことを新たに取り入れてみましょう。

★オーガニック製品  
★アイボリー



### おうし座

4.20～5.20

家族や身近な人と穏やかに過ごせる時です。愛情を自ら発信することで、喜びが返ってきます。恋愛運もアップします。

★贈り物  
★マゼンタ



### ふたご座

5.21～6.21

忙しい毎日ですが、独りになれる時間を作ることが大切です。家族や周囲の人をサポートすることで、良いことがあります。

★ファミリーレストラン  
★オレンジ色



### かに座

6.22～7.22

五感が冴え、あなたのセンスが注目されます。おしゃれをして外出すると良いことがあります。興味のある分野を深めると運気もアップします。

★情報紙・地図  
★ミントグリーン



### しし座

7.23～8.22

あなたの魅力が輝きます。買い物運にも恵まれます。以前から欲しかった物入手できそう。おしゃれを楽しめる時です。

★ショッピング  
★シャンパンゴールド



### おとめ座

8.23～9.22

自分の直感に従ってすなおに行動することで幸運をつかめる時です。趣味や好きなことを追求すると良い結果が得られます。

★直感  
★パープル



### てんびん座

9.23～10.23

夏の疲れが出やすい時です。自分の心と体をしっかり休めることを心がけましょう。自分をいたわる時間が求められています。

★睡眠グッズ  
★マリブルー

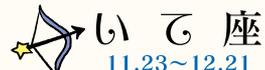


### さそり座

10.24～11.22

目先のことにとらわれず、未来への夢を描くことで幸運を得られます。一人では難しいことも、仲間と協力すれば達成できます。

★異業種の友人  
★レモン色



### いて座

11.23～12.21

周囲からの注目が集まります。これまで努力してきたことが認められる時です。大人としての責任を持つ姿勢が運気アップに！

★フォーマルな装い  
★ブラック



### やぎ座

12.22～1.19

視野が広がり、未来への夢を描ける時期です。いつもより少し遠くに出かけると、新たな出会いに恵まれます。

★旅・ドライブ  
★スカイブルー



### みずがめ座

1.20～2.18

人の気持ちに敏感になる時です。何か大切なものを譲り受けたり、引き継ぐチャンスに恵まれます。見えないうちに助けられる時です。

★感謝の気持ち  
★クリスタル



### うお座

2.19～3.20

あなたに協力してくれる良いパートナーが現れそう。停滞していた物事が前向きに進展します。助け合いの精神を心がけて。

★契約・約束  
★ひまわり色

# 道文教大のしあわせレシピ

## レモンで健やか！夏の元気レシピ編

北海道文教大学は、包括連携協定を結ぶポッカサッポロ北海道(株)様と共に、レモンを通じた健康づくりを広く発信しています。7月には附属高等学校と大学で「レモンセミナー」を開催しました。そこで今回は、ポッカレモン100を使った、夏にぴったりの一品をご紹介します。

美味監修

人間科学部  
健康栄養学科教授  
山森 栄美



## すっぱ美味しい！レモンスープで焼き餃子

材料(2人分)

- 餃子
  - 豚ひき肉 …… 50g
  - キャベツ …… 75g
  - 塩 …… 少々
  - にら …… 少々
  - 餃子の皮 …… 8～10枚
  - サラダ油 …… 小さじ2
- ①しょうが(チューブ) …… 適量
- ①にんにく(チューブ) …… 適量
- ①オイスターソース …… 小さじ1/3
- ①酒 …… 小さじ1
- ①塩 …… 少々
- ①ごま油 …… 小さじ1～2
- レモンスープ
  - ②水 …… 600ml
  - ②鶏ガラスープの素 …… 小さじ1
  - ②ポッカレモン100(生のレモン果汁でも) …… 大さじ2
  - ②砂糖 …… ひとつまみ
  - ②塩 …… 少々
  - ②こしょう(黒) …… 少々



●1人分の栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
231kcal	8.0g	9.0g	26.7g	1.2g

- 長ねぎ …… 15g
- にんにくチップ …… 適量
- レモンの果皮 …… 適量

【つくりかた】

- ①キャベツをみじん切りにして塩をまぶして10分置き、水分をしっかり絞る。
- ②にらは、2mm幅に切る。
- ③長ねぎは、5cm長さに切り中心まで切り込みを入れて開き、5mm幅に切る。
- ④ボウルに豚ひき肉と塩を入れてこね、粘りが出たら(A) (塩を除く)を加えて①②を混ぜ合わせ、餃子の皮に包む。
- ⑤鍋に(B)を入れて火にかけ、温めておく。
- ⑥深めのフライパンにサラダ油をひいて④の餃子を焼き、焼き色がついたら⑤を注いで蓋をして5分程加熱する。
- ⑦器に③を入れて⑥を盛り、にんにくチップと千切りにしたレモンの果皮を添えたら完成！



住宅から仕事の現場までエクステリアのことならヨシオカ商事におまかせください！

創業49年！  
豊富な施工実績！

現地調査、お見積りは  
**無料！**

自宅や職場周りに必要な  
エクステリア用品を  
多数取り扱い！

## ガレージカーポート 販売強化中！ 年内施工受付終了間近！

# 展示品物置処分セール

現品限り！なくなり次第終了！

現地調査無料！お見積り無料！

札幌・千歳  
苫小牧 **4会場** 同時開催！

## 千歳清流展示場 限定展示

LIXIL MINIMAL is BEST.  
カーポートSC

- 「屋根」と「柱」を基本としたシンプルな構造
- 直線基調で凸凹のないノイズレスなフォルム
- 住宅の質感にマッチする統一的な素材感



フェンス デッキ 人工芝 インターロッキング(舗装ブロック) アスファルト舗装 オールインワンのエクステリア工事 各種解体

ご来場から施工まで丁寧に対応いたします

各種工事承ります！お気軽にご相談ください！

- ご来場** まずは、展示場で現物をご覧ください。
- ご提案** お客様のご要望に合う商品をご提案致します
- 無料現地調査** 現地にて専門スタッフが設置位置などを伺います。
- お見積り** 設置、付帯工事などのお見積りを提出いたします。
- ご検討** じっくりご覧ください。
- ご契約** 注意事項などをご確認のうえ、契約となります。
- 納期回答** 工事日が決まり次第ご連絡いたします。
- 施工～完了** 商品をご確認のうえ、お引渡しとなります。

各種工事にはオリコローンをご利用可能です。お見積り前にご利用可能額をご確認いただけます。

土日祝はスタッフ常駐  
**苫小牧新开展示場**  
苫小牧市新開町1丁目10-9

土日祝はスタッフ常駐  
**札幌伏古展示場**  
札幌市東区伏古13条5丁目11-1

無人展示場  
**札幌里塚展示場**  
札幌市清田区里塚1条2丁目16-40

物置・カーポート・車庫・宅配BOX・ダストBOX・表札…お家まわりの欲しいものが充実！

ヨシオカ商事株式会社 千歳清流展示場  
TEL.0120-985-253 駐車場完備

〔ヨシオカ商事(株)本社〕 札幌市厚別区大谷地西5丁目5-12  
営業時間 10:00～18:00  
TEL.011-891-7320

