

真心こめて  
対応いたします



お子様と  
ご一緒に来店いただき  
安心して絵本が  
読めるスペースも



お仕事の合間や、時間が  
少し空いた時などに  
ご来店されませんか？  
スタッフ一同  
お待ちしております♪



淹れたてのコーヒー  
温かいお飲み物もご用意  
しております

料金後納

ゆうメール  
差出人(差出發送代行)  
佐川急便(株)  
返送先:〒689-2101  
鳥取県東伯郡  
北栄町江北五ノ坪496-8  
佐川急便(株)倉吉営業所

# らいつでざいんNEWS

新年明けましておめでとうございます。  
昨年夏は夏の猛暑などの異常気象、豪雨や地震が発生し、あらためて  
普段から災害などに対する備えの大切さを感じる一年でありました。  
本年も皆様に安心をお届けするため誠心誠意行動してまいりますので、  
何卒ご愛顧のほどよろしくお願い致します。

中面をご覧ください！  
プレゼント付  
クロスワードパズル 掲載中



2019.1発行  
Vol.1・24

代表取締役 福井雅人



## アクセス 倉吉大橋方面からお越しの場合

- 中部総合事務所先交差点からR179を三朝方面へ1km直進。
- 下田中町交差点(いない倉吉中央店手前)を左折し、100m直進。
- ライフデザインの電柱看板を目印に右折し、100m直進。
- ライフデザインへ到着しました。ライトグリーンの看板が目印です。



## 新年明けまして おめでとうございます。



## お店、会社のPRしませんか？

らいつでざいんNEWSは現在  
約1200世帯のお客様のもとにお届けし  
ています。お店や会社の紹介希望の方は  
弊社までご連絡ください。

すべてはお客様の安心のために

株式会社 ライフデザイン  
〒682-0812 鳥取県倉吉市下田中町1026  
TEL 0858-27-2500  
FAX 0858-27-2501  
hoken@apionet.or.jp



皆様のご来店  
お待ちしております！  
いない倉吉中央店本館入り口より、100m先東側。

ホームページも  
ご覧下さい♪

ライフデザイン 倉吉 検索

引受保険会社  
損保ジャパン日本興亜  
損保ジャパン日本興亜ひまわり生命  
第一生命株式会社  
メットライフ生命

TEL 0858-27-2500

## クレジットカードの取扱いについて

保険料の支払いをクレジットカードに  
してみませんか？  
保険のリスクに備えながらクレカの  
ポイントが貯められてお得です！  
☆自動車保険と生命保険の一部が  
対象となります。  
詳細は弊社までお問合せ下さい。

## 乗りたいときに 乗りたい分だけ 時間型自動車保険「乗るピタ!」はじめました!

ご友人やご家族のお車を借りたときなどに役立つ、12時間  
400円から契約できるインターネット加入専用の自動車保険  
です。お客さまご自身でスマートフォンやパソコンから簡単  
にお手続きができます。弊社ホームページをご覧ください!

加入するためにはマイページの事前登録が  
必要な場合があります。  
詳しくは弊社までご連絡下さい。



【個人情報に関する取り扱いについて】  
1、お客様の個人情報に関する開示、訂正、追加、停  
止又は削除につきましては、弊社までご連絡くだ  
さい。  
※弊社の情報レター『ライフデザインNEWS』の  
発送を希望されない方は、大変お手数ですが、弊社  
までご連絡ください。

今年の干支である亥年生まれは、「しっかり自分を  
持ち心に一本芯が通っていて、物事をやり遂げる力  
があり、裏表がない」人だそうです。また亥は金運  
のいい干支とされ、お金に困ることがないようです。  
そんな亥に私もあやかりたい...と今年もまた他力本  
願な私です(◇)ゞ

☆編集後記☆ スタッフ 谷口さおり



今回は、Sマートめいりん店の隣にお店を構えられている岩間眼鏡店にお伺いしました。



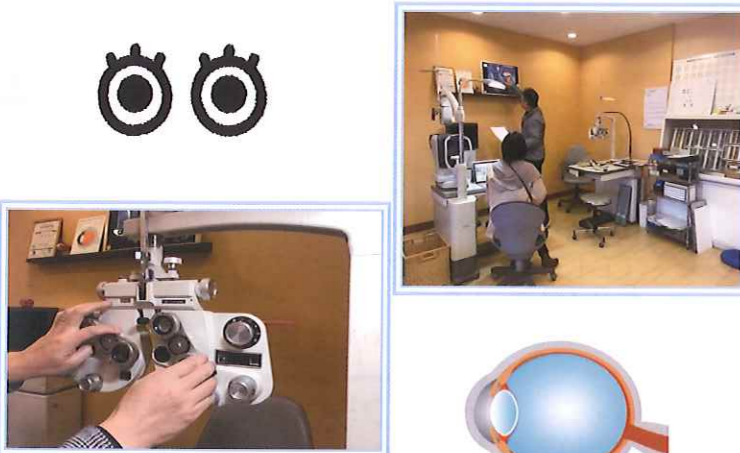
お店の歴史は古く、文久3年(1863年)に薬屋として創業され今年で157年になります。当初は薬屋でしたが、6代目の岩間康典氏よりメガネの専門店として経営されています。

Q.お店の特徴を教えてくださいか?

当店は「地域に根ざして健康に奉仕する」という基本姿勢で、視覚機能を測定して身体の負担を軽くしたり、能力を高めるメガネをお作りしています。イチローをはじめ多くの一流アスリートの視覚を指導されてきた大阪の視覚情報センター田村知則先生に師事して学んだ技術です。現在では約2割のお客様が鳥取県中部エリア以外から来店頂いております。

Q.「視覚機能検査」とは何をするのですか?

一般的なメガネは、5m先の視力表を使用しレンズ度数を決めています。当店で作り出す視覚機能メガネは、両目の動きとピント合わせの変化を測定します。



また目のバランスの崩れが身体に影響していることもあり、現在の体調を考慮しレンズ度数を決めています。

身体の様子からレンズ度数を決めるのは漢方処方に似ているところがあり、先代からの薬屋のルーツにも繋がっているかもしれません。



Q.最近、お店でのエピソードなどありますか?

先日ご来店いただいた40代の女性の方で、手足のしびれにより、杖を使わないと不安なほど体調不良を訴えておられました。視覚機能検査で視線のズレを測定し、メガネを補正したところ、体調が良くなったと喜んでいただきました。



Q.視覚機能検査も含めて相談できますか?

はい。お気軽にご相談下さい! 病院では異常が見当たらないのにどこか調子が悪いなど、視覚機能に問題がないかお調べします。以下の項目にお心当たりはありませんか?



- ☆目の周り、奥の痛み
- ☆慢性的な肩こり、しびれ、頭痛
- ☆運転中に車線が二重に見える
- ☆乗り物酔いしやすい
- ☆照明などがまぶしいなど

ご予約について、測定に掛かる時間は40~60分です。込み合う場合もありますので、事前の予約をおすすめいたします。

今回取材でお伺いしました岩間眼鏡店さんは、メガネを通じて健康にこだわっておられます。



フレームも東京・大阪などの大都市の眼鏡セレクトショップで取り扱っている希少ブランドを数多く取り揃え、弊社の福井社長も信頼し20年以上通っています。皆さまも、まずは自分の目を知り、本当に自分に合ったメガネを探しに行かれてはどうでしょうか。

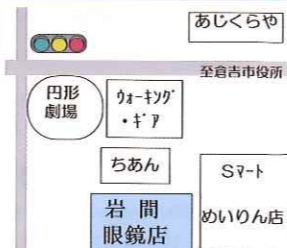
◇ご来店のお客さま先着5名様にプレゼント◇

らいふでざいんNEWSをご覧ください。ご来店のお客さまへ先着5名様に「メガネの強たくもり止め」をプレゼント♪



岩間眼鏡店

〒682-0864  
倉吉市鍛冶町1-2971-2  
Sマートめいりん店となり  
営業時間 9:00~19:00  
定休日 毎週木曜日  
TEL 0858-22-5551



IT猫背に要注意!  
~不調の陰に「猫背」あり?~



姿勢は第一印象を決める重要な要素。姿勢がよいだけで「明るい」「信頼できる」といったポジティブな印象を与えることができます。一方、姿勢が悪いと見た目が悪だけでなく、肩こりや首こり、腰痛の原因になったり、呼吸が浅くなって全身の血行が悪くなるなど、健康にもさまざまな悪影響があります。

また、首は脳と他の部位をつなぐ重要な場所で、多くの神経が通っています。猫背になって首の筋肉がこると、そばを通る神経が圧迫され、頭痛になったり、やる気が出ない、イライラするなど精神的な不調につながることもとされています。



そんな時は、タオルを背中に当てて寝るだけの「背中タオル」で丸まった猫背を伸ばして、正しい姿勢を覚えさせましょう。

やり方は、バスタオルを巻いたものを横にして背中に置き、その上に10分程度、横になります。横になりながら、首だけ倒してテレビを見てもOK。さあ、皆さんも今日から「背中タオル」で、姿勢の良い1年を迎えましょう。



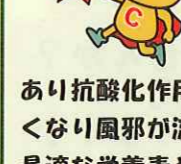
~わかさの秘密より~

冬の定番お鍋に欠かせない「白菜」の栄養と効能!

冬と言えば「鍋」。そんな鍋料理に欠かせないのが、「白菜」。脇役としてはもちろん、時には主役として活躍の野菜ですね。



「白菜」の95%は水分。カロリーは100gあたり14カロリーと野菜の中でも群を抜いて低カロリーです。そんな「白菜」のビタミンCの含有量は、なんとリンゴの約5倍(「ん」)



ビタミンCは、しわやシミ防止等美肌効果があり抗酸化作用が強い栄養素の一つなので、寒くなり風邪が流行りだす時期の免疫力強化には最適な栄養素となります。さらに白菜は体を温める作用もあるので、冬の寒い季節には是非進んで取りたい野菜ですね。



鍋はもちろん、漬物にするとビタミンCは損失が少なく、ミネラルも効率よく摂取でき、乳酸菌などの腸内善玉菌が腸の働きを活発にし、整腸効果がアップして便秘にもいいですよ。



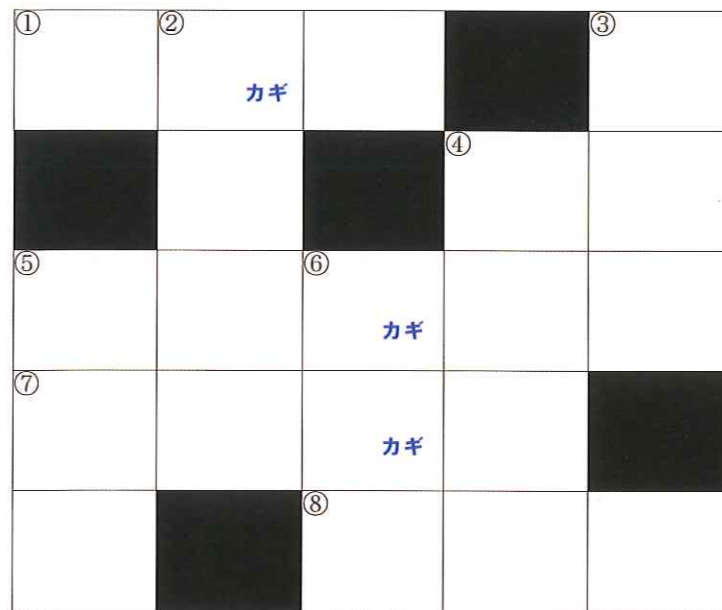
さあ、今夜は「白菜」をたっぷり入れた鍋で、体を温めて、寒い冬を元気に乗り切りましょう!(^^)!

~生活サポート情報ご案内より~

クロスワードパズル

正解者の中から抽選で5名の方に粗品をプレゼント!! ※ご来店頂ける方に限りです

※回答の出し方  
タテ・ヨコのクイズを解いて空欄に当てはまる答えをカタカナで入れます。  
全部解いたら「カギ」の3文字○○○で言葉を作りましょう!  
答えがわかった方はライフデザインにお電話ください♪



タテ

- ②互いに助け合って生活している人々の集まり。
- ③左手の反対。
- ④値段を安くして売ること。
- ⑤言葉で伝えること。「言い〇〇〇」。
- ⑥ある場所から他の場所へ位置を変えること。

ヨコ

- ①ユーラシア大陸に属する巨大な連邦国家。首都モスクワ。
- ④羊に似ていて、角とあごひげがある動物。
- ⑤使い終わったら捨てること。使い終わったら捨てるように作られているもの。
- ⑦母胎内で胎児が動くこと。
- ⑧品物を売る人。

(0858) 27-2500  
×切は1月31日です

※当選者には、弊社よりご連絡させていただきます。

たくさんのお電話お待ちしております!

