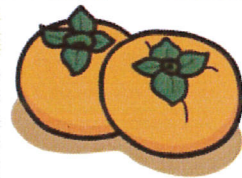


秋の味覚が美味しい季節ですね(^^) 今月のトラストだよりをお届けいたします!

季節のお話 ～ 日本の果物「柿」の健康パワー ～

爽やかな秋。とりわけ果物が美味しい季節です。
沢山の果物が店頭並ぶ中、この時期旬の果物といえば「柿」!
柿は日本古来の果物の一つで、欧米でも「Kaki」という日本語がそのまま使われています。さて、柿には1000以上の種類がありますがその内700あまりが「渋柿」です。渋柿は、干して渋みを抜くことで食用とされていますが、熟していない柿を絞った「柿渋」には防水や防腐、補強に効果があり昔から網や和紙、傘などに利用されていたそう。食べる以外にも利用するとは古の人々の知恵は素晴らしいですね。また、昔から「柿が赤くなれば医者が青くなる」と言われるように、その健康パワーは折り紙つき。ビタミンが豊富に含まれており、風邪予防、疲労回復、老化予防、美肌効果が期待できます。他にも血圧を下げたり、二日酔いにも効果的だそう。頼もしい果物ですね。そんな柿の健康パワーを取り入れ、清々しい秋をお過ごし下さい。



気になるニュース ～ 都内路線価 6年ぶり上昇 ～



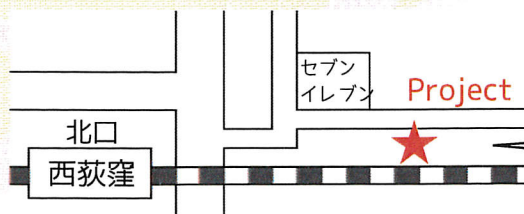
東京国税局が発表した東京都内の2014年分の路線価は前年比で平均1.8%上昇した。変動率がプラスとなるのは08年以来6年ぶり。都内の最高路線価は、中央区銀座5丁目の「銀座中央通り」で、1平方メートルあたり2360万円と9.7%上昇、29年連続の全国最高路線価となった。上昇率が最も大きかったのは新宿区新宿3丁目の「新宿通り」で9.8%。東京メトロ副都心線と東急東横線の相互直通運転の効果とみられる。

東京都不動産協会ニュースより

* 西荻グルメレポート *

西荻窪クラフトビール Project

8月にオープンした珍しいクラフトビール屋さん。クラフトビールとは、いわゆる地ビールのこと。美味しいビールと手作り料理が楽しめます。カウンター、立ち飲み、座敷あり。とてもきれいで雰囲気のあるお店です。



セブンイレブンの向かいです

杉並区西荻北2-2-11

