

オフィスにOasisを

D-mail

VOL.226



Present 『ピッコロドルチェ』を50名様に!

詳しくは本誌を読んで、インターネットで「ダイオース」を検索

オフィス川柳
募集中

マイカップ 意外と可愛い こわもて上司 (山口県 江木様)

226号 Present

1つのゼリーに2つの果実が入った、キラキラ輝く見た目もかわいいうちデザート。小ぶりで食べやすいので、ティータイムや食後のデザートにどうぞ♪



『ピッコロドルチェ』を50名様にプレゼント



▲WEB応募
フォームはこちら

今号のクイズ

リコピンが豊富な野菜はなに?

1. オクラ 2. ナス 3. トマト

①クイズの答え ②D-mailの号数(今号は226号) ③お名前 ④貴社名 ⑤貴社ご住所 ⑥TEL ⑦ご利用頂いているダイオースの商品 ⑧いつも飲んでいるコーヒー ⑨弊社担当営業所 ⑩弊社担当者 ⑪商品や「D-mail」に関するご意見・ご要望をお書きの上、官製ハガキ、当社ウェブサイト(<https://www.daiohs.co.jp>)、または下記応募用紙を担当にお渡しなど、いずれかにて応募ください。厳正なる抽選の上、当選された方には担当者が景品をお届けします。

宛先 〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-7-12 丸の内サピアタワー 14階
(株)ダイオース ジャパン「D-mailプレゼント」係

締め切り 2025年8月13日消印まで有効

※お客様からお寄せいただいた個人情報は、投稿作品のご紹介、プレゼントの抽選及び発送以外には利用いたしません。前号クイズの答え▶Vol.225の答えは2の「コーヒー」でした。

▼ 皆様の声をダイオースにお聞かせください!! ▼

D-mail Vol.226	
●クイズの答え	●お名前
●貴社名	●貴社名
●貴社〒ご住所	TEL ()
●ご利用頂いているダイオースの商品	●いつも飲んでいるコーヒー
●弊社担当営業所	●弊社担当者
●商品や「D-mail」についての感想・要望・オフィス川柳	
表紙の器プレゼントに応募 <input type="checkbox"/>	
(ご希望の方は□内にチェックを入れてください)	

D-mail 第226号

発行所/株式会社ダイオース ジャパン
ダイオースOCSチェーン本部
発行日/2025.7.14



Daiohs®

地球環境にやさしい印刷方法で作成されています

日本の名城めぐり 第67回 大分府内城



ダイオースさんと長いお付き合いです。D-mailも何冊読んだか分かりませんが、読み切りだし、いろんな情報が満載で毎月楽しみです。あと、もう一つの楽しみはクイズに応募することです。

(滋賀県 奥長様)

編集部▶今回のD-mailはいかがでしたでしょうか? ホットと息タイムに楽しい話題をお届けできるよう、編集部は今日もはりきって取材に行っています! 次号も楽しみに待っていてくださいね(*O*)v

抹茶、30年近くおけいこしました。体にも良いのでぜひ若い人にもたしなんでいただきたいです。ピュアウォーターでお抹茶!!

(愛知県 三宅様)

編集部▶30年! 素晴らしいですね! 茶道習ってみたいなあ〜編集部、抹茶も抹茶味のスイーツも大好きです♡ おっと、抹茶のことばかり考えていたら飲みたくなってきました……! ヨシ、休憩タイムにしよ〜っ♡(´▽´)b

From User's Voice Mail

編集部に寄せられた皆様からのお便りを紹介します
コメント採用された方にはもれなく粗品をプレゼント!

担当の方の訪問をいつも楽しみにしております。笑顔が素敵で明るく感じが良く、こちらも笑顔になります。コーヒー大好きですが、担当の方が素敵なので、思い出してさらくにおいしく感じます! ありがとうございます!! (愛媛県 小池様)

編集部▶笑顔でさらにコーヒーがおいしくなるなんて素敵♡ 私たちもお客さまの笑顔に日々支えられています(´▽´) 笑顔って伝染しますよね! おいしい笑顔がたくさん広がっていくよう今日も元気にお届けします♪

表紙の器を1名様に
プレゼントします!



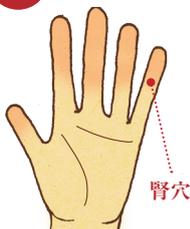
今回の表紙で使われた器をプレゼントします。ご応募される方は専用の応募欄にチェックをしていただくか、「表紙の器プレゼント希望」と書いてご応募ください。

※実際に表紙撮影に使用した器です。

ここがツボ

髪の毛にツヤがない……

第20回 「腎穴」



腎穴

手のひら側、小指の第一関節の横のシワの中央にあるツボ。反対の手の親指と人差し指で挟み、親指で円を描くように強めに押しもむ。すき間時間にクルクルもんで、美髪をゲット!



鍼灸師 諸岡那奈
<https://himalayanayogshala.com/>

海と川を取り入れた水面にたたずむ城
九州の東端、瀬戸内海に面した自然豊かな大分県大分市。都会的な便利さがありながら、温泉や森林セラピー、グルメ、アートなどが、度々楽しめる、魅力たっぷりな街です。街の中心部にあり、美しい白土の塀と、まるで水上に浮かんでいるように見える姿から「白雉城」とも呼ばれる「大分府内城」。海と大分川に面した、高低差がほとんどない平城です。熊本城など多くの築城に携わった築城の名手・加藤清正に石工を派遣してもらい、その技術を導入して石垣を築いたそう。見どころは、かつては立派な四重の天守があった天守台。自然石をそのまま積み上げた野面積みの古式な姿で、追込接ぎ算木積で構築された西之丸角櫓台と比べると、よりその古さがわかります。また、現存する2つの建物、城外からは1階建ての平櫓に見え、城内からは二重に見えるユークな形の宗門櫓や、防衛装置の「石落とし」を持つ人質櫓も見逃しません。

夏のカラダを守る！



ファイトケミカル

夏バテ、紫外線、むくみ……そんな“夏の困りごと”に、野菜や果物が持つ自然のパワー「ファイトケミカル」が効くってご存知ですか？

むずかしそうな名前ですが、実は“色”で見分けて、かんたんに取り入れられるんです。夏の食卓は、カラフルが正解！今回はレシピ付きでご紹介します。



ファイトケミカルってなに？



植物が、紫外線や害虫などから自分を守るために作り出す「色素」「香り」「苦味」などの成分のこと。九大栄養素のひとつとして注目され、なかでも**強い抗酸化力**は、美容や健康の大きな味方。とくに夏の疲れや不調を感じる際には、意識して摂りたい成分です。

夏に必要なファイトケミカルを「色」で覚えよう！

赤	橙	黄	緑	紫	黒	白
リコピン	βカロチン	ルテイン	クロロフィル	アントシアニン	クロロゲン酸	イソフラボン
トマト スイカ	かぼちゃ にんじん	とうもろこし 黄パプリカ	ブロッコリー モロヘイヤ オクラ ピーマン ゴーヤ ほうれんそう	ナス 赤しそ ピーツ 紫キャベツ 紫いも ブルーベリー	ごぼう じゃがいも コーヒー	大豆 枝豆
カプサンチン	β-クリプトキサンチン	フラボノイド				硫化アリル
赤パプリカ トウガラシ	マンゴー オレンジ	たまねぎ レモン				ねぎ にんにく
紫外線予防・肌や目のダメージケア・むくみ軽減			疲労回復 デトックス		夏バテ予防・目の疲れを軽減・美肌維持	

脱・夏のお悩み！ ファイトケミカルレシピ

ブロッコリーのスパイシーサラダ

5分でできる満腹サラダ！
食べすぎた翌日に
ダイエット &
むくみ軽減

詳しくは▼

黄
緑
白

なすとトマトの揚げ浸し

少ない油と
たっぷり野菜でつくる
揚げ浸し。
夏バテが気になる
夕食に

詳しくは▼

赤
黄
紫

ファイトケミカルをたっぷり食べられる 万能ドレッシング3選

にんじんドレッシング

詳しくは▼

ミキサーいらず！ポン酢で簡単♪
葉野菜のサラダにおすすめです

梅酒ピクルス液

詳しくは▼

梅が香る大人のピクルス。
夏の晩酌のお供に最高です

モロヘイヤの山形だし風

詳しくは▼

豆腐やそうめん、冷やご飯にかけて
食べるのがおすすめ！

Instagram

【公式】ダイオーズ | オフィスサービスのプロが教える
ワンポイント豆知識

https://www.instagram.com/daiohs_corporation/?hl=ja

皆様のお役に立つ、ちょっとした豆知識や情報を発信しております。
是非「いいね」「フォロー」をお願いします！

教えてくれたのは…… 社会派料理コンサルタント
小鉢ひろかさん

青果店にて廃棄予定の野菜3トンに料理に変えた、通称「捨てない料理人」。商品開発や、販売戦略支援など社会問題を料理で解決するコンサルタントとして活躍している。

HP : <https://kobachi.co.jp/> Instagram : @kobachi_hiroka