

食事でも暮らし方でもウイルスを寄せつけない!

オレンジペーパー

暮らしに「おいしい」と「ワクワク」を。



今こそ知りたい
免疫力をアップする
食べ方



粘膜を
強くする!

うつらない、うつさない、悩まない
〈新型コロナ〉の今を
専門医が解説!

細胞がみるみる活性化!
「血管マッサージ」で
ウイルスに勝つ

寄せつけない Special



服やかばん、靴を
捨てずに貢献!

洋服を送って、2種類の 途上国支援ができる!

カジュアルな洋服が好きでいろいろ買ってはためてしまう私。以前はフリマアプリで売っていたのですが、梱包や手続きが大変に感じることもあり。そんなとき、古着を送ることで途上国の子どもたちにワクチンを寄付できる「古着deワクチン」を知り、さっそく試してみることに。やり方は、公式サイトから専用回収キットを申し込み(有料)、届いたら古着を詰めて集荷を頼むだけ。専用キットはTシャツが100枚入る大きな強化紙袋で、衣類のほか、かばんや靴、アクセサリー類も入れ

られるので、一気に片づきます。1口につき5人分のポリオワクチンの寄付になるだけでなく、古着は途上国に送られて再販されることで、現地の雇用創出に。1回の寄付で2つのメリットがある、すごいサービスでした!

実際に衣類30点、かばん、靴類24点が片づいて、超スッキリ! 年末の整理整頓にもオススメです!



「古着deワクチン」専用回収キット
50×50×高さ75cm (広げたときのサイズ)、25kgまで 3000円
●日本リユースシステム
<https://furugidevaccine.etst.jp/>

特別付録 2

今日すぐ作れる
シンプルおかずカタログ
全16ページ

タサン志麻さんの

フランス式手抜きごはん

あとは白いご飯があればいい
平日作れるおかずグラタン

ごろっと食べる? 開いて食べる?
鶏手羽元の優秀レシピ

35周年記念企画

復刻! 「オレベ」の傑作レシピ
フライパンで焼くだけ
新・肉まん宣言!