

9月11日はたんぱく質の日

季節のお話

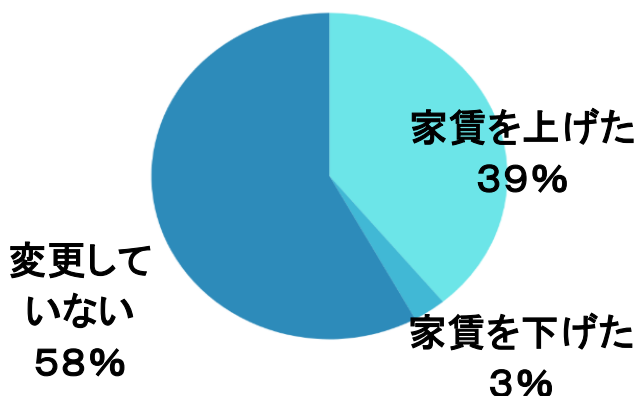
日付は人間のカラダをつくっている「たんぱく質」は合計20種類のアミノ酸から構成されており、その中で体内で合成できない**9種類のアミノ酸**を必須アミノ酸と呼び、それ以外の**11種類を非必須アミノ酸**と呼んでいることから、**9と11で9月11日**としたもの。たんぱく質摂取不足は、子どもの体力低下、女性の栄養不足、中高年の基礎代謝の低下、高齢者の動きにくい体など、健康リスクの因子となることから、多くの人にたんぱく質摂取の大切さを知ってもらうことが目的みたいです。

最近「家賃を上げた」のは何パーセント？

不動産情報

400人の大家に聞いた「家賃の動向」

過去3か月で家賃を変更したか



家賃を上げた方たちの最も多かった回答は「周辺の家賃相場が高いため」。次いで「地価が上昇するなど、所有物件の資産価値が上がったため」「金利が上昇したため」が同数となりました。また、「物価上昇でリフォーム費が高くなった」と物価高の影響を受けたという回答も複数ありました。

チョップスティックス高円寺本店

高円寺グルメ
駅から徒歩2分！



高円寺の大一市場内にある人気の**ベトナム料理屋**さんです。お料理がどれも美味しくて屋台の雰囲気味わえます。

杉並区高円寺北3-22-8 大一市場内