



## ～「秋」にまつわる雑学～

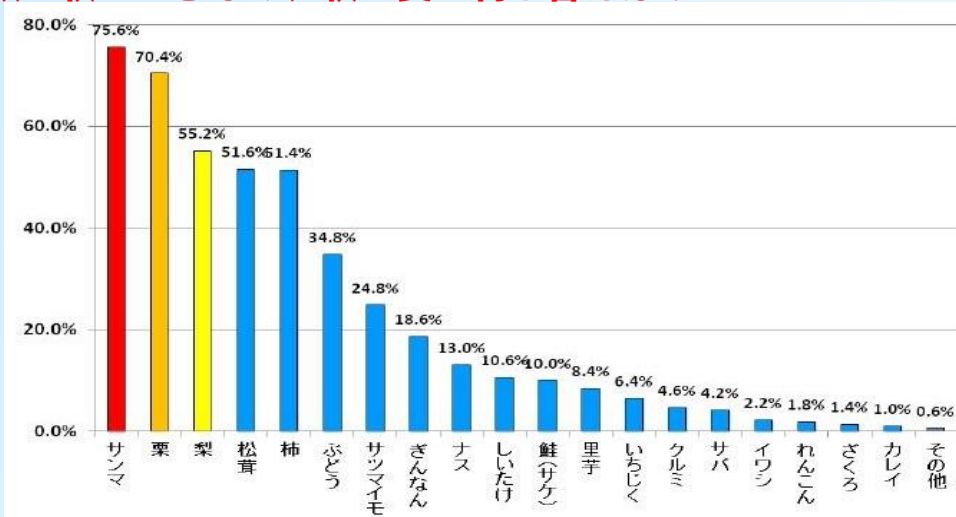
残暑が厳しい…というより長く感じる今年ですが、いよいよ食欲の秋！になってまいりました。

今月号は、秋にまつわる雑学を集めてみました。

### <秋といえば？ 色々集めました>

気象庁によると「秋」というのは、9月から11月までの期間となります。秋の味覚と風物詩について、アンケート調査の結果が載っていたのでご紹介します。

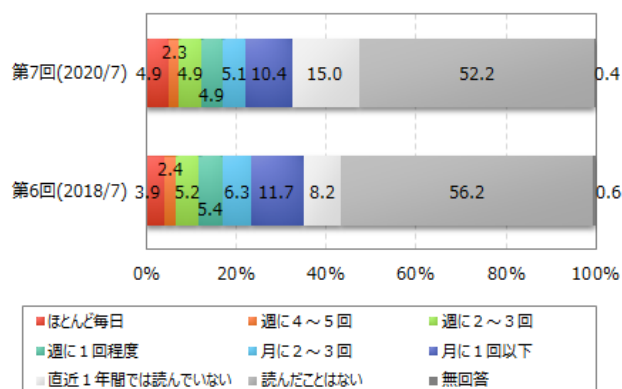
#### 1. “食欲の秋”にちなみ、秋の食べ物と言えは？



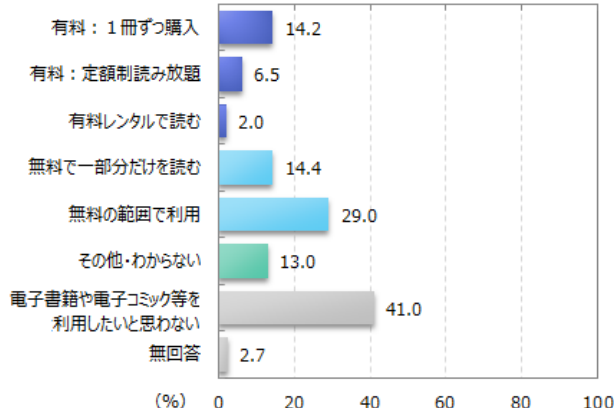
ここ数年の不漁続きで今や高級魚！？にもなりつつある**サンマ**が**第1位**。個人的には、**松茸**よりも**梨**が**上位**にあることに驚きでした。

#### 2. “読書の秋”にちなみ、読書に関する意識調査

Q.直近1年間に、どのくらいの頻度で電子書籍を読みましたか？



Q.今後、電子書籍をどのように利用したいですか？



2020年現在になりますが、スマホの普及で利用度が伸びていると思いきや、ほぼ変わらずの状態でした。

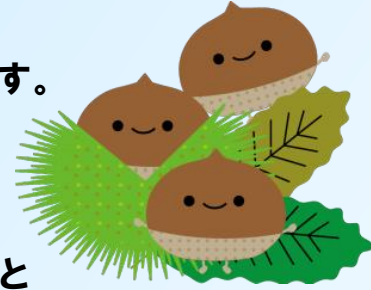
# <秋に関する雑学>

## ☆ 栗は美容に良い！

栗には、ビタミンC・B1・B2・食物繊維・葉酸など様々な栄養素が含まれています。

### ●美肌効果が期待できる

栗に含まれる様々な栄養素がお肌の健康をサポートしてくれます。特にビタミンB1・B2はニキビや肌荒れに効果的で、女性には嬉しい成分が入っています。



### ●冷え性の改善が期待できる

栗は体を温めると共に胃腸や腎を強くする、滋養強壯の食べ物として知られています。

### ●便秘改善が期待できる

食物繊維は便秘改善に働き、また糖質をエネルギーに変える働きがあります。

## ☆イチョウは生きた化石

イチョウは太古の地質時代から生きている化石植物のひとつです。

イチョウの起源は恐竜のいた時代よりももっとずっと前で、約2億年前には世界的にたくさんの種類が分布していたと考えられています。

しかしその後の様々な気候変動を経て、現在確認できる原種は中国で野生に生育する1種類のみで、それが古くに日本に伝来し、日本各地に広まっていったそうです。



## ☆「食欲の秋」の由来は、食欲が増えるから！

「秋は美味しい食べ物が多く、食欲の秋ですね！」  
…なんてのは間違い！？

寒い冬になる前に人間は、体温や体力を保つために、冬の準備として秋の段階から食欲が増します。

冬眠準備と言いましょうか、人間や動物の本能です。諸説ある様ですが、暑い夏でバテた体の不調を戻すために、涼くなった秋には自然と食欲が増すようになっているそうです。



「冬は太る」というのも、冬は動かないからではなく、秋に食べた分が脂肪となり、ふっくらとしてしまうのが原因…となります。

## 「売物件 急！募集中です！！」

適正な価格でスピード勝負がモットーです！  
掲載料や面倒な手続きは必要ありません。  
「ご依頼」を頂くだけで結構です。

<https://maruhiro2103.co.jp>

私たちは、土地や建物の仲介のみではなく、  
声かけ頂ければ、何でもお役に立てます！

～土地・建物のよろず屋～

 **マルヒロ不動産(株)**

名古屋市中村区横前町109番地

TEL: 052-413-4628

