

食に関する考え方が変わってきました

私の趣味のひとつが『料理』で、最近ますますはまっています。料理専用インスタグラムもやってます（笑）。

外食も時々は楽しいですが、基本的には丁寧な自炊したものを食すことが好きです。丁寧に調理をしていると自分を大切にできている実感がわくので、メンタルヘルスにもとてもよい。

また食生活を充実させることで、健康への貢献ひいては QOL（生活の質）の向上にもつながると考えています。

彩り、触感、香り、味、温冷、わくわくなど、食は五感フル稼働で味わうものだなと思います。今日もおいしくいただけることに感謝です！

認証とかなにかと難しいですが…

SNS のログインやネットバンキング、ネットショップでのお買い物などなにかにつけて「認証パスワードを」「2段階認証を」などと求められますよね～。わけわからんわい！！と煩わしく思うこともあるでしょう。しかしながら不正ログインやハッキングなどは決して他人事で済まないものなので、しっかり理解してご利用くださいね。わからないから見なかったことに…は通用しません(＞_＜)



sss-ss.net

ファイブエス

5S.

〒813-0035

福岡市東区松崎1丁目

42-60-502

TEL 080-5219-0261