もりもり元気だより Vol. 32 (2023.11月)

個性に合わせたプレゼントの選び方

誕生日やクリスマスなど、お祝い事にプレゼントを贈りますよね。
もらって嬉しいプレゼントは、個性によって異なります。

気持ちが嬉しいタイプ

好きな人（親・友人・恋人など）が自分を想って選んでくれたプレゼントが喜ばれます。

このタイプの人が誰かにプレゼントする場合
お手紙を添えることが多いです。

ほしいものがもらえると嬉しいタイプ

具体的にほしい物を、本人に直接聞いてプレゼントすると喜ばれます。

このタイプの人が誰かにプレゼントする場合
「何がほしい？」って聞くことが多いです。

サプライズが嬉しいタイプ

ジャ～ン♪っと想定外なシチュエーションやプレゼントが喜ばれます。キラキラしたものが好きな人も多いです。

このタイプの人が誰かにプレゼントする場合
相手に内緒で、サプライズを準備することが多いです。

**相手の個性に合わせて
プレゼント選びをしてみませんか？**

心レンジャー
ISD個性心理学マスターインストラクター
高山菜々子

酵素柿ポン酢

酵素エキスを混ぜることでまろやかになり
お子ちゃまにも食べやすくなります。

【秋酵素】
柿・ラディッシュ・菊花

詳細は
コチラ →

【材料】 (作りやすい量)

しょうゆ	大さじ５
酢	大さじ４
みりん	大さじ３
秋酵素	適宜
柑橘果汁	適宜

【作り方】

1．材料全てを混ぜる

**秋といえば秋刀魚や秋鮭がたまりませんね。
大根おろしに手作りポン酢で、
秋の食卓を美味しく彩ってください。**

食レンジャー 和漢薬膳士 **柴田 典香**

一般社団法人 健康応援隊
健康ヒーロー達がみんなの健康を応援します。

健康ヒーロー紹介 →

公式LINE →
毎月無料配信中