

# 水彩工房の家

Vol.104 15/10月号

# 絆 つうしん

日増しに秋も深まり、朝夕は肌寒く感じます。  
皆さまいかがお過ごしですか？  
「絆つうしん」vol.104 お待たせしました！

10月



## ●今月のラッキーパーソン

- 1月生まれ**「車に詳しい人」距離を置いて知らないふりをする事で自分をまもることができそう。
- 2月生まれ**「カンの鋭い人」リズムが乱れ集中力がダウンすると何も頭に入ってきません。
- 3月生まれ**「旧友」相価値観や人脈が大きな広がりを見せる暗示。
- 4月生まれ**「男性的な人」コ物事を長引かせると損することもありあますよ。
- 5月生まれ**「色白な人」片付けをすると吉。身の回りがスッキリ保て、不用品の再利用で一石二鳥。
- 6月生まれ**「クールな友人」気流行りに流されずオリジナリティで勝負して吉。
- 7月生まれ**「ヒゲのある人」我水面下で地味にスタートさせて吉。自分自身の成長が実感できる模様。
- 8月生まれ**「アパレル業界の人」余計なウソをつかなくても答えたい質問にだけ答えることが可能。
- 9月生まれ**「新婚さん」金額次第で展開が変わる可能性。欲を出し過ぎると攻撃や妨害を受けることに...
- 10月生まれ**「滑舌のよい人」エネルギーに動くことで周囲に影響を与える存在に。
- 11月生まれ**「癒し系」面倒な人は避け、心が安らぐ人と過ごして吉。
- 12月生まれ**「同性の先輩」適度な緊張感が頭を冴えさせてくれます。完成度も高まっていく見込み。

## 社長のつぶやき

皆様こんにちは！不安定な気候が続き猛暑が続いた8月・9月は、台風、大雨、竜巻と各地で災害が発生しましたが、皆様のところは大丈夫でしたか？被害に遭われた方には心よりお見舞い申し上げます。

さて、本格的な秋です。秋の夜長、食欲の秋、文化の秋などキーワードも盛り沢山。連休もあり行楽シーズンで、アウトドアには最適の季節です。今からワクワクしますね。長崎くんち(10月7日～9日)も開催されます。「長崎くんち」は長崎の氏神「諏訪神社」の秋季大祭で寛永11年(1634年)二人の遊女が諏訪神社神前に謡曲「小舞」を奉納したのが、長崎くんちの始まりと言われているそうです。以来、長崎奉行の援助もあって年々盛んになり、さらに奉納踊りには異国趣味のものが多く取り入れられ、江戸時代より豪華絢爛な祭礼として評判だったそうです。現在では、七年に一度巡って来る踊町が、6月1日の小屋入りに始まり、半年程の練習で本番に臨むそうです。是非一度観る価値はあります。ちなみに三重地区でも「三重くんち」が10月18日(日)、「三重大神宮神社」にて開催され、今年は崎上自治会が総勢80名余りで、ササラ、浮立、月の和太鼓を奉納するそうです。こちらも是非御覧ください。

ところで先月初め、妻が足を骨折し自宅にて療養中。只今とても不自由な生活に陥り、困窮しています。家事を少し手伝う中で、改めて主婦の仕事の多さに驚いている今日この頃です。(良)



## ●あいがとうございました!

## 秋の大感謝祭 「わくわくりモデルフェア」



9月19日(土)、9月20日(日)に行いましたフェアは無事終了いたしました。

フェアとしては7社合同で行い、全体で73組、弊社としては14組のお客様にご来場いただきました。シルバーウィーク前半で、天気も行楽日和にも関わらずフェアにお越しいただき誠に有難うございました。次回もタメになる内容でフェアを企画したいと思いますので、今回御来場いただけなかったお客様は、次の機会に是非ご来場お願い致します。



## 10月 October

### 寒露(かみづ)

露が冷気により凍りそりになる頃。秋もいよいよ本番。菊の花が咲き始め雁などの冬鳥が渡って来て、山は紅葉の準備に入ります。コオロギは鳴き止み、稲刈りもそろそろ終わりを迎える時期。



### しいたけ

#### 保存方法

生のしいたけは直接ラップをしたりポリ袋に入れると水滴が付いてしまい傷みます。新聞紙などに包んでポリ袋に入れたら、軸を上にして野菜室で保存しましょう。



水のポタポタから増改築・新築まで

株式会社 **カワミチ**

〒851-2212 長崎市畝刈町1088-3

☎ 0120-3202-56

カワミチ

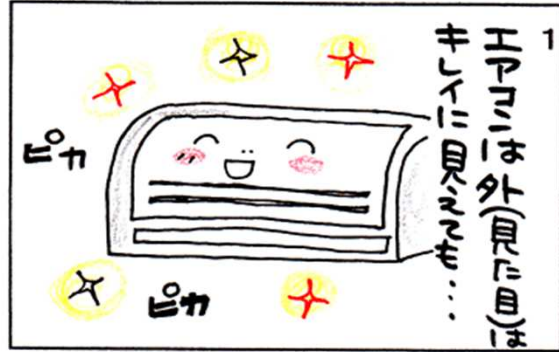
検索 クリック!

お住まいの事なら  
どんなことでも  
お気軽に  
ご相談下さい!

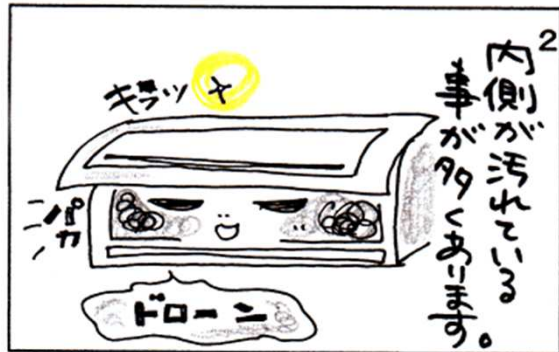
※配信の停止を希望される場合は、お手数ですが、弊社までご連絡下さい。

# ● ハッピー住まいる! ~クーラーのお掃除~

季節はずれにクーラー?と思いますが、気候のいい今だからこそきちんとお掃除しておきましょう。



◆**まず本体カバーをお掃除しましょう。**  
エアコンは通常手の届かないところにあるので、本体カバーにもうっすらほこりが溜まっています。吹き出し口から出る風によってほこりが舞い散るので、中性洗剤できれいにふき取りましょう。掃除を始める前にエアコンのコンセントは必ず抜いて下さい。



◆**フィルターを掃除**  
フィルターが汚れたままだと、冷房、暖房機能が低下して、電気代もかかります。フィルターは定期的にはずしてお掃除しましょう。エアコンの前面パネルを開けて、フィルターを取り出します。汚れを掃除機で吸い取るか、ぬるま湯に漬けて歯ブラシでこすって汚れを落とします。日陰でしっかり乾かしてから元に戻しましょう。



◆**吹き出し口を掃除**  
吹き出し口から風が出て部屋全体を冷やしたり暖めたりするので、ここが汚れていると、部屋全体に汚れが拡散します。中性洗剤を雑巾に含ませて、ルーパー(羽根の部分)を手でゆっくりとまわして、隙間から手の入る範囲で拭き掃除をします。中性洗剤で拭いた後は、必ず水拭きしましょう。ルーパーは電源を入れると自動で元にもどります。



◆**内部は専門の業者に** ◆  
エアコンのお掃除は、自分でできる範囲は限られています。内部の汚れが気になる方は、専門の業者にお問い合わせしましょう。

# ● 焼きりんご

♪らくらくレシピ♪

材料(4人分)

りんご(紅玉) 4個	コンスタチ 小さじ
くるみ 50g	卵黄 1個
レーズン 50g	牛乳 500ml
はちみつ 小さじ4	砂糖 20g
シナモン 少々	バニラエッセンス 少々
バター 適量	



- ① りんごは上部を切って芯を抜き、スプーンを使って穴を空ける。りんごの上部は取っておく。
- ② Aの材料を混ぜて①の穴に詰める。その上にバターをのせ、りんごの上部をフタのようにかぶせる。
- ③ ②を200℃に熱したオーブンに入れ、約30分焼く。その間にBを加熱してバニラソースを作る。りんごが焼けたら器に盛り、バニラソースをかけて出来上がり。

## ★りんご★

昔から「1日1個のりんごは医者をお金を遣はす」といわれるほど栄養価が高く、体内の塩分を排出するカリウムや食物繊維、ミネラル類が多く含まれています。特に整腸作用に効果を発揮します。便秘や腸の炎症が起こっている時の強い味方です。

# ● げんき辞典

なす

一般的になすは夏の食べ物ですが、秋のなすもまた格別に美味しいですね。秋なすにも栄養がたっぷりなのです。

## ◆秋なすは嫁に食わずな

昔からよく言われる言葉ですが、それには訳があります。なすには体を冷やす作用があるため、若いお嫁さんに食べさせるのはよくない、という意味なのです。嫁を思う姑の気持ちから、言い伝えになったのですね。

## ◆強い抗酸化作用

なすには、紫色の成分のナスニンとポリフェノールが含まれており、強い抗酸化作用があります。コレステロール値を下げたり動脈硬化の予防にも効果的で、ガン予防や老化防止に役立ちます。また食欲増進、利尿作用にも効果があります。

## ◆発熱時にも

もともと体を冷やす作用があるので、発熱時などには体の熱を下げる、消炎効果があるとされています。

## ◆なすの変色を避けるには

なすは、切るとすぐに色が変わってしまうので、切ったらすぐに水にさらしましょう。なすは油との相性がよく、てんぷらや炒め物にすると美味しく食べられます。煮物にする時も一度油で炒めると、つやが出て変色しにくくなります。

## ◆油の種類にこだわる

油との相性がよく、油を吸うので、植物油などで調理すると、リノール酸やビタミンEも摂る事ができます。※買って来たなすは一個ずつラップに包み、冷蔵庫の野菜室へ入れると、新鮮さが長持ちします。