

水彩工房の家

Vol.117 16/11月号

絆 つうしん

枯葉舞い散る季節となりました。
皆さまいかがお過ごしですか？
「絆つうしん」vol.117 お待たせしました！

11月



●今月のラッキーパーソン

- 1月生まれ**「都会的な人」様々な情報に敏感になると、今まで見えなかった世界が広がりそう。
- 2月生まれ**「個性的な女性」将来を見据え普段より堅実な生活を心がければ金運アップへ。
- 3月生まれ**「頑固おやじ」無理してテンションを上げなくてOKですよ。
- 4月生まれ**「男気のある人」曖昧な返答や優柔不断はNG。ダブルブッキングにご用心。
- 5月生まれ**「親友」短気は損気。ここは我慢。予定を先送りしないで。
- 6月生まれ**「華奢な友人」目の前のやるべきことに意識を集中して。自分のペースを大切にしましょう。
- 7月生まれ**「話し上手な知人」。一人の時間を楽しんだり、ちょっと距離を置いてみるのもGood。
- 8月生まれ**「姉御肌な人」優しい心遣いや思いやりが、巡り巡って感激や感動になり、元気がもらえそう。
- 9月生まれ**「左利きの男性」趣味、ちょっとした手伝いがお金に繋がる予感。マフィアからPへ転身も。
- 10月生まれ**「背の高い友人」自分の判断だけで進めるよりも周囲の意見も聞き入れて吉。
- 11月生まれ**「多才な人」贅沢や意味のない散財は運気を下げてしまいます。前向きな投資は吉。
- 12月生まれ**「すきな人」控えめに接する方が好印象を与える様子。

社長のつぶやき

11月に入り、今年も残すところあと2ヶ月となりました。朝夕めっきり冷え込んでまいりましたが、体調には十分気を付けて下さい。先月は、くんち、運動会等地区行事が続きましたが、参加者が少なく関係役員の方は大変なご苦勞をされていた様でした。核家族、少子高齢化の影響でしょうか……。

ところで「コウハウジング」と言うものがアメリカにあるのを、ご存知でしょうか。コウハウジングとは、10世帯から30世帯の規模で様々な年齢や職種の人達が集まって一緒に住まいや小さい町をつくっていきます。各人は独立した住まい(スペース)はもっていますが、共同で使うキッチンやリビング等を備えて、コミュニティーと共同スペースは住んでいる人達で自主的に管理運営します。30家族が毎日一緒に食事をするわけで、そこに大家族が生まれることとなります。それまで別々の人生を送ってきた人達ですが、その絆は血縁よりも濃くなると言います。お年寄りが、小さなお子さんの面倒をみたり、元気な若者がお年寄りのお世話したり、まさに大きな家族なのです。コウハウジングは、作る時から住人が参加します。車は敷地内に入れなかったか、植える樹木は実のなる木にするとか、大工道具やレジャー道具もみんなで共有するとか、集まって住むメリットを考えながら一緒に住むルールをみんなの合意で決めていくのです。こうしたプロジェクトをサポートしていくための専門のコーディネーターが存続し、その人達の手を借りながら自分達の住まい作りを完成させていきます。わくわくする気持ちになるのは、私だけでしょうか？(良)

施工事例

浴室・洗面改修工事

施工場所：諫早市 N様邸

着工前



完成



【施工のきっかけ】
間取りを変更しながら、水廻り一式を一新したい。

【施工のポイント】
今まで土間だったところに浴室と洗面所を移設。お風呂はTOTOのユニットバス「サザナ」を採用。浴室乾燥暖房換気扇付属で、これからの冬場の入浴には、重宝します。浴槽も断熱効果のある「魔法瓶浴槽」を設置。床も柔らかくて乾きやすい「ほっからり床」が付いています。洗面所の化粧台はTOTOの「サクア」を採用。化粧台横には幅30cmのサイドキャビネットを設置し、収納力アップ。



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 長崎市諫早町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!

～ お部屋を暖かくする工夫 ～

寒い毎日、少しでも暖かく過ごせるように、細かいところをチェック。お金をかけずに快適に過ごしましょう。



◆窓から逃げる空気をシャットアウト

昔のように隙間風が入るわけではないけど、やっぱり冷気を感じるのが窓際です。お部屋の中は暖房をしているのに、なかなか暖まらない、と言った経験はありませんか？ それはお部屋の約4割の熱が窓から逃げて行っているためなのです。暖かい空気を少しでも逃がさないようにするためには窓ガラスに断熱シートを貼りましょう。二重ガラスと同じくらいの威力を発揮します。最近は透明なフィルムや、接着テープを使わない水貼りのタイプもあり、気軽に貼れます。



◆足元が冷えたら

リビングでは足元が冷えないように、よく絨毯を敷くご家庭も多いのではないのでしょうか？ 絨毯も暖かいのですが、やはり床からも暖まった熱が逃げて行きます。熱を逃がさないために、絨毯と床の間に断熱材を敷きましょう。足元の冷え方が違って来ます。



◆部屋の空気を攪拌する

暖かい空気は上に溜まる性質を持っています。せっかく暖まった空気が上に行ってしまうのはもったいないので、扇風機を上に向けて作動させ、お部屋の空気の温度が均等になるように、攪拌しましょう。

◆カーテンの長さを調節

カーテンの長さを床まであるものに変えると、外からの冷気が入って来ません。生地も厚めのものをおすすめします。



◆ひと口メモ ◆

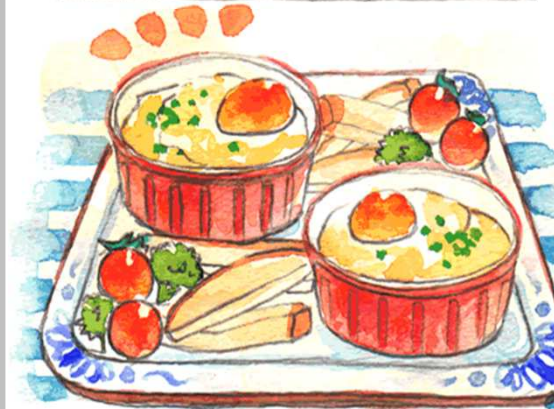
湿度が高いと、人は暖かく感じます。加湿器を使ったり、ストーブの上に茶瓶を置くなどして湿度を保ちましょう。インフルエンザなど、ウイルスの増殖も防ぎます。

ウーフ・ココット・キャロット

らくらくレシピ

材料(4人分)

- ・にんじん 2本
- ・セザンチーズ 40g
- ・生クリーム 100g
- ・パセリ トマト 適量
- ・バター 大さじ2
- ・塩 適量
- ・卵 4個
- ・食パンの耳 適量



- ① にんじんを小さめに切り、やわらかくなるまで茹でる。それを裏ごしし、ペースト状にする。
- ② ①と半量の生クリームを混ぜ、バターを塗った耐熱容器に入れる。
- ③ ②に卵、半量の生クリーム、セザンチーズ、パセリ、塩を加える。それを180℃のオーブンに入れ、10分ほど焼く。焼けたら器にのせ、トマト、パセリ、焼いたパンの耳を添えて、出来上がり。

★にんじん★

にんじんは野菜類トップクラスのβ-カロテンを含んでいます。β-カロテンはカロテノイドと呼ばれる天然色素成分の一種で、強力な抗酸化力を持つ栄養素です。そのため体内の活性酸素の除去・抑制に役立ち、酸化による老化促進や動脈硬化の予防から、癌予防まで様々な健康効果が期待されています。

げんき辞典

「ラ・フランス」



日本で一番多く作られている洋ナシが「ラ・フランス」です。形は少しごつごつした不正円で、果皮には斑点があり、決して美しいとは言えませんが、とても香りが豊潤で濃厚な甘みと滑らかな舌触りで味が上品です。実の堅いうちに収穫され、収穫後に常温で10日から2週間ほど追熟させてからが食べ頃です。追熟の間に、果肉に含まれるデンプンが分解されて、果糖・ショ糖・ブドウ糖などの糖になることで甘みが増し、ペクチンのゲル化により滑らかな舌触りになります。

10月上旬から下旬に収穫され、11月上旬から中旬が食べ頃です。

◆「ラ・フランス」の選び方

*軸の近くの肩のあたりを指で軽く押ししてみて、柔らかさを感じれば食べ頃です。香りが芳醇になるのも食べ頃のサインです。

◆「ラ・フランス」の保存方法

十分に追熟したものはビニール袋に入れて冷蔵庫に保存できますが、傷みが早いので長期保存はできません。冷凍保存する場合は、皮を剥いて芯を除き、串切りにし、レモン汁を絞ります。その後バットなどにラップを敷いてから重ならないように平らに並べ、一気に冷凍します。食べる時には半解凍の状態で食べると、滑らかなシャーベットのような感じです。

◆「ラ・フランス」を使った料理

○デザートとして

- 洋ナシのピューレ
- 洋ナシのコンポート
- 洋ナシのタルト
- 洋ナシのマフィン

○料理として

- 洋ナシとチキンのバジルサラダ
- 洋ナシのベーコン巻き
- 洋ナシのピザ風トースト
- 洋ナシと大根のグリーンオイル など

特別なイベントのメニューとしていかがですか？