



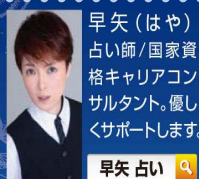
絆 つうしん



晩秋

占星術研究家・早矢が占う、素敵に暮らすためのちょっとしたヒント。

住まいを快適に導く 2023年11月・12月の運勢
12星座別 インテリア占い



- | | | |
|---|---|---|
| <p>牡羊座
3/21~4/19</p> <p>11月は部屋の模様替えを。異国の雰囲気を取り入れると吉。12月はパートナーとの時間を大切に。ラッキーアイテムは毛糸の編み物。</p> | <p>牡牛座
4/20~5/20</p> <p>11月は自宅のキッチンをおしゃれにコーディネートすると開運に。12月は体調管理に注意を。ラッキーアイテムはフレグランス。</p> | <p>双子座
5/21~6/21</p> <p>11月は新しい友情に恵まれそう。12月は仕事運好調。デスクやチェアなどワークスペースの改善を。ラッキーアイテムはシステム手帳。</p> |
| <p>蟹座
6/22~7/22</p> <p>11月は片付けや模様替えを。あまり掃除しない場所を磨くと気分スッキリ。12月は愛情運が上昇。ラッキーアイテムはキッチン用品。</p> | <p>獅子座
7/23~8/22</p> <p>日記や家計簿、SNSの投稿で1年を振り返ってみて。ルームシューズやラグなど足元の見直しを。ラッキーアイテムはフェイクファー。</p> | <p>乙女座
8/23~9/22</p> <p>11月は行動力上昇。筋トレやヨガなどに挑戦を。12月にそのうちのどれかに本格的に取り組むと効果が。ラッキーアイテムは猫グッズ。</p> |
| <p>天秤座
9/23~10/23</p> <p>11月は愛情運や金運が上昇。カーテンやクッションカバーをラグジュアリーに。12月は支出に注意。ラッキーアイテムはシルク製品。</p> | <p>蠍座
10/24~11/22</p> <p>11月は慌ただしくなりそうな予感。12月は金運が上昇。部屋に明るい色の花を飾りましょう。ラッキーアイテムはスチールラック。</p> | <p>射手座
11/23~12/21</p> <p>11月はスタイリッシュな部屋づくりに挑戦を。12月は家族やパートナーとの時間を大切に。ラッキーアイテムはインテリアグリーン。</p> |
| <p>山羊座
12/22~1/20</p> <p>11月は安定した運気。インテリアはレトロな雰囲気。自分だけの癒しスポットを作って。12月は仕事運上昇。ラッキーアイテムは時計。</p> | <p>水瓶座
1/21~2/18</p> <p>11月は協調性を大切に。フェイスケアなどを取り入れると吉。12月は運気が安定します。ラッキーアイテムは柑橘系のアロマオイル。</p> | <p>魚座
2/19~3/20</p> <p>11月は会話を楽しんで。12月はヒーリングミュージックや観葉植物を取り入れると運気上昇。ラッキーアイテムはミネラルウォーター。</p> |

社長のつぶやき

今年もあと2か月程となり、厳しい残暑もようやく収まり、行楽の季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

先月は長崎くんちが4年ぶりに開かれ、六つの踊町が奉納踊りを披露されました。各地の神社でもお祭りが繰り広げられ、私の町でも、三重大神宮神社の秋季例大祭が開催され、当番町が4年ぶりに龍踊りを奉納されました。少子高齢化で難しい中、自治会員総出で伝統行事を継承し、開催してくれましたことに、拍手喝さいです。コロナ過で中止が相次いでたイベントが徐々に復活し、日常を取り戻しつつあることに感謝したいと思う今日この頃です。

そんな中、突然の訃報……。佐賀在住の姉が亡くなったとの知らせが届きました。病気がちであったので、いつかはと思ってましたが、なぜか残念な気がしました。実は私たちは7人兄弟で、上は88歳～下は72歳まで夫婦共に健在で、自慢の兄弟でしたが、ついに一人欠け、なんだか複雑な心境に陥りました。

私も後期高齢者(75歳)になったばかりですが、体力、気力の衰えが顕著に感じられるようになりましたが、まだまだ現役で頑張ろうと、誓ったところです。

最近「YOUTUBE」をよく見ています。「落語」にはまり桂文珍、三遊亭園歌の「落語BGM」で毎夜眠りに落ちてます。そんな中で衝撃の動画がありました。カラオケには無縁の私が、クギズケに……。「東京大衆歌謡楽団」浅草の街角や、公園、靖国神社等で路上ライブの動画です。懐かしい昭和歌謡を歌う様子に、観客が皆、食い入るように見えています。今では私たち夫婦もお気に入りになりました。高島孝太郎(長男)他4人兄弟でされ、歌だけでなく、そのいでたちや話し方など、どこか懐かしい様子に惹かれました。是非興味のある方はYOUTUBEで検索してみたらと思います。(良)



施工事例 ● 水廻り改修工事

①施工場所：長崎市 工期：約20日間

【施工のきっかけ】
家族構成の変化に伴い、古くなった水廻り等を一新したい。

【施工のポイント】
大きな間取り変更はなく、各水廻りを最新の住設に改修。
脱衣所が狭かったので、浴室を少し小さくした分、広くした。
その他、和室をリビングに改修。

長崎市リフォーム補助金を利用しました！



【着工前】



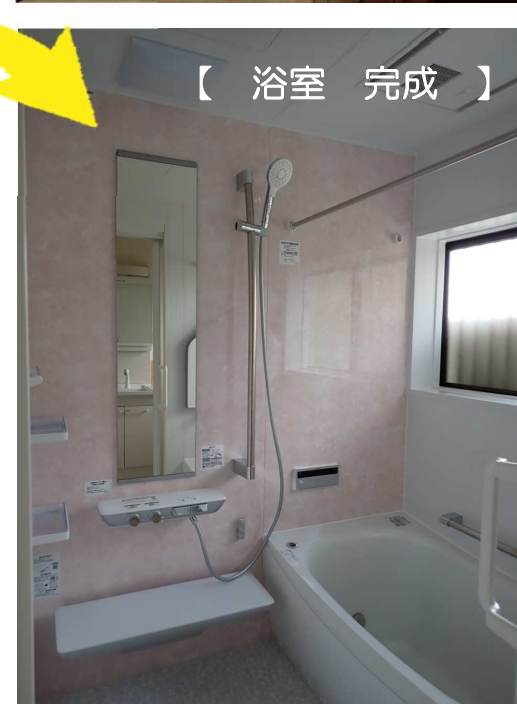
【着工前】



【トイレ 完成】



【浴室 完成】



【キッチン 完成】



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!



QRコード

※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。

少しの工夫でおうちが快適!

住まいのスッキリ!! “収納”術



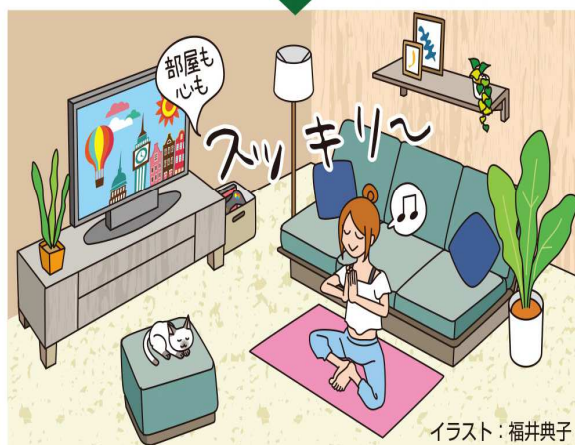
野村高子 Home&Family代表。整理収納アドバイザー。親・子の片づけマスターインストラクター。自宅を公開しての収納セミナーや、お客様のお宅へ伺ってのお片付けサポートを実施。ホームオーガナイザー、ライフオーガナイザー2級。オフィシャルブログ: <https://ameblo.jp/nomunomuuk/>

部屋を片付けて心もスッキリ!

部屋が散らかっていてイライラする……という経験は皆さんも記憶にあると思いますが、そんなとき、実は散らかっているのは部屋だけではないことにお気づきでしょうか。「部屋の乱れは心の乱れ」と言われるように、部屋と心は合わせ鏡のようなもの。心も散らかっているため、それが余計にイライラを増幅させるのです。

部屋が散らかってしまう理由には、モノが多すぎる、使用したものを元に戻さない、適当なところに置いてしまう、忙しいなど、さまざまありますが、知らず知らずのうちに、仕事や人間関係の悩みなど心理的な部分も影響しています。モノが多かったり、こなさなくてはならないタスクが多かったりすると、時間だけではなく、気持ちも圧迫されていきます。また、気持ちが沈んでいるとやる気も起きず、片付けどころではなくなります。

そうすると、ますます部屋が散らかっていき、「片付けられない」→「散らかる」→「片付けるのが大変だからやりたくない」→「先延ばししてさらに散らかる」といっ



た悪循環に陥ってしまうのです。

部屋の片付けは、自分自身と向き合い、気持ちを片付けることにもつながります。散らかっている状態が気になるのは、心もスッキリした状態を求めている証です。

その状況を打開するには、どこか1箇所、小さなスペースを整理することから始めてみましょう。不要なモノを処分するだけでも見た目がスッキリし、成果を実感することができます。頭で考えるよりも、とにかく手を動かしてみる事が大切です。例えば、「この棚1段だけ」「10分だけ」など、ハードルを下げて設定すると、取り掛かりやすくなります。

何となく気持ちがモヤモヤしたときは、部屋の片付けをして、心もスッキリ整えましょう。

今日の晩ごはん きのこのペペロンチーノライス

材料 4人分

- しいたけ..... 2個
- エリンギ..... 1/2パック
- しめじ..... 1/2パック
- ベーコン(ブロック)..... 120g
- にんにく(みじん切り)..... 2かけ分
- 赤唐辛子(輪切り)..... 1本分
- 玉ねぎ..... 1/2個
- 塩、黒胡椒..... 適量
- オリーブ油..... 大さじ2
- ごはん..... 茶碗4杯分
- しょうゆ..... 小さじ2
- パセリ(みじん切り)..... 適量



- 1 ベーコンは5mm幅、玉ねぎ、しいたけ、エリンギは薄切り、しめじは小房に分ける。
- 2 フライパンにオリーブ油・にんにく・赤唐辛子を入れて弱火にかける。香りが出たらベーコン、玉ねぎ、きのこ類の順に投入し、強火で水分を飛ばすように炒め、塩、黒胡椒で下味をつける。
- 3 火が通ったらごはんを加えてさっと炒める。塩、黒胡椒で味を調え、鍋肌からしょうゆを回しかけて香ばしさをプラス。器に盛り付けてパセリを振りたら出来上がり。

●料理作成: チーム服部 ●参考資料: 「服部幸應の健康レシピ」(学研教育出版)

にんにくの
アリシンはがん予防に、
きのこ類の食物繊維は
便秘を解消!



INFORMATION 施工取付のご用命は当社まで!!

TOTOウォシュレット一体形便器

NEOREST AS

30th
SINCE 1993

直線を基調としたシンプルで端正なフォルムが、日々の暮らしを美しく整える。



薄くシャープな意匠に仕上げたフルカバー便ふた

クリーンでサステイナブルなレストルームに

