

作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

炊飯器deチキンのワンプレートディナー



炊飯器でオールインワン! 豪華な一皿が簡単に出来上がります。スイッチオンしたら炊きあがりまでの間に、サラダやスープが作れます。エノキ茸を入れることで不足しがちな食物繊維が補え、カロリーが減らせます。

材料

(2人分)

- お米 1合
- 鶏モモ肉 1枚
- エノキ 1袋
- 酒 大さじ1
- 鶏ガラスープ 小さじ1
- おろし生姜・ニンニク 適宜



- ① エノキ茸を5mmに刻む。
 - ② 炊飯器にといだ米と目盛りの8分目の水を入れる。そこに①とその他の調味料を入れ軽く混ぜ、鶏モモ肉をのせ普通に炊く。
 - ③ 炊きあがったら鶏モモ肉を取り出して、少し冷ましてから切る。
 - ④ 皿にご飯と肉、サラダ等を盛りつければ出来上がりです。
- ドレッシングなどで味付けはお好みで! またご飯の硬め、柔らかめは水の調節してください。

日経ホームビルダー3月号より抜粋 「すまい給付金で増税分を補う」

建築費2000万円の住宅ならば消費税率が2%上がると40万円の増税となる。単純に消費税のこだけを考えれば、税率8%のときに契約したほうが増税分だけ得になる。しかし、税率10%になってから契約したほうが得する場合もあるのだ。

住宅ローンの相談実績が豊富なホームロンドクター(東京都中央区)代表の淡河範明さんは、「すまい給付金の増額分で消費税の増税分を吸収できる建築費ならば、増税後のほうが得になる」と助言する。

すまい給付金は、消費税率の引き上げによる住宅購入の負担を軽減するために設けられた制度だ。税率8%のときは、おおよそ年収50万円以下の人を対象に最大30万円が給付される。この給付金制度が税率10%への引き上げ時に拡充される。対象となるおおよその年収の上限が75万円以下に引き上げられ、給付額も最大50万円に増える。

実際の給付額は、前年の年収に基づき都道府県民税の所得割額によって決まる。顧客の年収に対応するので、建築費によらず変わらない。

●消費増税に伴う「すまい給付金」の拡充

年収の目安	給付額	給付額の増分(※)
425万円以下	50万円	+20万円
425万円超 450万円以下	40万円	+10万円
450万円超 475万円以下	20万円	+10万円
475万円超 510万円以下	10万円	+10万円
510万円超 525万円以下	0万円	+10万円
525万円超 600万円以下	0万円	+30万円
600万円超 675万円以下	0万円	+20万円
675万円超 775万円以下	0万円	+10万円
775万円超	0万円	なし

消費税の10%実施どうなるでしょうか? 上がることを前提で考えていましたが、昨今の景気の状態で行きも怪しくなってきました。「すまい給付金」で興味のある記事がありました。駆け込みで工事を行なうと、職人さん不足や、材料不足、それに伴うコストのアップもあって、あまり間際の忙しい工事はお勧めしていませんが、ちょっと考えてしまいました。

窪田建設株式会社 LIXILリフォームショップ窪田建設

〒399-4106 駒ヶ根市東町9-22 TEL:0265-82-3201 FAX:0265-82-3393

四文字熟語の答え 三喜四運
当社HPへは... <http://kubocon.co.jp/housing/>



ちょっと見てみ

81

窪田建設株式会社

LIXILリフォームショップ

窪田建設株式会社とLIXILリフォームショップ窪田建設が、暮らしのちょっとした情報をお届けします 2016年 3月発行

今月の中原のひとり言

初駅伝。繋がったチームのタスキ

3月をむかえ、一日ごとにあたたかくなり、春を感じる季節となりました。まだ乾燥する日が続きます。お体ご自愛ください。

2月21日、下伊那郡天龍村で開催されました「天龍梅花駅伝」に、窪田建設でチームをつくって出場しました。今年で47回目の大会となりますが、全国屈指の強豪校の佐久長聖高校が招待チームで参加していたり、長野県縦断駅伝に出場するチームや選手も大勢参加する、かなりレベルの高い大会です。そんなことも全く知らず、窪田社長の音頭で選ばれた6人のメンバーの一員として走るようになりました。



全長は40キロ、天竜川沿いをつなぐ、アップダウンもあるタフなコースです。6名は、建築部、土木部、営業部の各部署の5名と総務の女性の息子さん1名、年齢は20歳から60歳とバリエーション豊富な集団となりました。ちなみに社長はチーム窪田建設の監督でしたが、建設業協会チームの一員としても走られました。

自分の与えられた区間を走り切ればよいんだという軽い感じていましたが、前もっていただいた参加チームの資料や、当日の会場の雰囲気、なによりも終盤繰り上げスタートがあることが分かり、一気に重い感じに変わりました。私は5区を担当したのですが、私がタスキを受け取るところで、時間に間に合わないかと繰り上げスタート、いわゆる「タスキが途切れる。繋がらない」ということになりました。おまけに5区も、次の走者までに時間に間に合わないかと繰り上げスタート。タスキを受け取れず、渡せない。という、「その区間を繰り上げのタスキを付けてただ走る人」になってしまいます。スタート前にメンバーでタイムの計算をしましたが、結論は「難しい」でした。いつものペースで走ったらタスキはつながらないと思っていましたし、自分の中継所でも繰り上げのタスキを付けてすでに待っていました。ですが、同じ区間を走る窪田社長は「中原君、わからんよ、間に合うかもしれんに!」とおっしゃっていました。自分は100%無理だと思っていたのに、社長は繋がることを願っていました。やっぱり平社員と社長、違います。「ゼッケン、40番!」呼ばれました。間に合いました。繰り上げの黄色いタスキを外して、前の走者の松下室長からタスキを受け取りました。初めてのタスキルー。アドレナリンが湧き上がって、かなりハイペースで走り出しました。普段の3倍の力が出ていました。最後の上り坂を駆け上がる。次走者の大宮部長が見えました。自分もタスキをつなぐことが出来ました。本当にうれしかったです。一人で走るのではなく、チームで走る楽しさ、タスキがつながる喜びを知りました。楽しかったです。来年もメンバーに選ばれれば是非出たいです。

快適な暮らしに ちょっと使えるお話

春分の日

今更ですが…何の祝日?

今年の「春分の日」は3月20日。太陽が真東から昇り真西に沈み、昼と夜の長さがほぼ同じになる「春分」。その日はさんだ7日間が「春のお彼岸」…「お彼岸の中日だから国民の祝日?」いえいえ違います。日本の祝日法では「自然をたたえ、生物をいつくしむ日」と定められています。本格的に温かくなる季節で、緑や花も芽吹き始めます。新年を迎える仕事や新学期にそなえ、心と身体のバランスを調整する時期と考えると良いかもしれません。春分から夏至までは陽のびてゆきます。観葉植物を育てて清々しい気を部屋にとり入れてみましょう。



万年青 オモト

万年青はその名のとおり冬も枯れずに年中緑の葉をつけることから不老長寿の象徴とされています。庭に植えると災難を防ぎ万年も家が栄えつづけるとされ、引越しの際は新居の玄関に飾ると縁起がよいと言われています。様々な種類があるのでお気に入りを見つけてみましょう。



快適Life



室内干しも!

布団は外に干す!と決めつけなくてもOK。室内の日当たりの良い場所に椅子を並べてその上に広げ、空気の通りを良くしながら干す方法もおすすめです。急な雨や取り込む時間を気にする必要がなくなります。何より花粉の季節は室内に花粉を持ち込まないのが大切です。

簡単ベッドメイキング

まだ朝ベッドから離れるには寒い3月。ベッドメイキングをせずつけて、家に帰った時にベッドがぐちゃぐちゃだと疲れも倍増! 朝ちよつとの手間で快適にしてみましょう。就寝中の湿気はきちんと除いた方が寝具にも身体にも良いですね。

起きたらすぐに掛布団を足元に折り返しておきます。洗面、着替え、朝食の時間だけでも空気を入れてあげましょう。シーツを軽く直し、掛布団を伸ばして“ハリ”を持たせます。その上にポンポンと叩きシワを伸ばした枕をのせておくだけで、きちんとした印象に仕上がりますよ。ベッドカバーを使う方は、カバーだけでもきちんと掛けるとスッキリ見えます。

時間がある時はシーツから全てをバリッとね!



ホテルみたいにしたい〜!



只今 新しい住まい施工中 木曾町・伊那市

木曾のH様邸新築工事、造作工事真っ只中です。外壁も張り終わり、内部は壁の造作、棚類の取付作業を大工さんが行なっています。お施主様からニッチ(壁を少し掘り込んで、飾りを置いたりするところ)の要望があり、大工さんが「職人の技」で作ってくれています。玄関のホール横と階段の登り始めの正面の壁。お施主様は小物類が好きなので、そのニッチがつかのくを大変喜んで下さっています。出来ればあそこにもつけたい!ですが、筋違(壁の中の耐震上必要な斜めやバツテンの補強)があつたりすると、壁のくりぬきができないので、そこは難しいことをご理解いただきました。大工さんって、本当にすいすいと作ってしまうんですね。自分もその技術がほしい。3月半ばには大工さんも造作が完了し、いよいよ仕上げ工事へと入ります。完成までもうしばらくです。



伊那市のU様邸新築工事、造作工事中です。住宅は建て方といって、柱や梁が組あがると、大工さんは造作工事に入ります。内部の壁や、床、天井をつくっていく作業になります。まず行うことは床の下地組、床の作業スペースを確保してから、天井を張ります。そして床の仕上げ、すなわちフローリングを張って、その床を傷つけないように養生をして、壁のボードや間仕切り壁の作成を行ないます。U様邸では、床暖房を設置しています。そのため、床の仕上げをする前に、床暖房のパネルを設置して、その廻りの段差を解消する板を張り作業が追加されます。床暖房のパネルには、くぎを打って良い箇所が決められているため、大工さんもフローリングを張る際は緊張します。床暖房は初期のコストはかかりますが、やはり暖房設備としてはお勧めの設備です。私の家にはないので羨ましい... 完成までもうしばらくです。



四文字熟語

例に従って中央に入る文字を解いて、その文字でできる四文字熟語を答えてください。



●答えは最終面のシカクの中に!

左	右	胸	一	答え
つ	つ	味	寸	
体	三	亜	緋	
糖	計	桜	帯	

お雛様を飾ろう!



お雛様を飾ったのはいつだったかしら? 7段飾りなどが眠っているご家庭もあるのでは。“桃の節句”という時期の限られた人形ですので、雛人形の新しい飾り方や、整理方法のご紹介です。

■ いつまで飾るの?(年齢的にも)

地域によって異なりますが、立春(2月4日)頃から飾りはじめ、遅くとも3月中旬までには片付けましょう。女の子の幸せを願い、親が飾ってくれたお雛様。結婚しても自分が何歳になっても親に感謝して飾り続けられたら良いですね。

■ 収納と処分

寒暖の差と湿度が少なく、風通しのよい直射日光の当たらない場所に収納しましょう。毎年飾れるのがお雛様にも自分にとっても幸せなことですが、収納や飾ることが困難になったら、処分を検討してみましょう。神社やお寺で供養していただけます。

■ 内裏雛だけを飾る

七段や五段の飾りを出したりしまつたりするのが無理...となった場合はコンパクト化がおすすめ。お内裏雛2つと、少々の小物だけを飾ればスペースや労力がかなり少なくなり、収納も楽になります。リフォームしてくれる人形店もあります。相談してみましょう。

他の人形は神社やお寺で供養していただきます。



平成27年4月より LIFA駒ヶ根店が
LIXILリフォームショップ として生まれ変わりました。