

作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

絹ごし豆腐のアーモンドスイーツ

冷奴にあきたら、デザートで試してみよう! おかず食材でお手軽に!

他のおかず食材と合わせた、簡単豆腐デザートです。メープルシロップは血糖値の上昇がゆるやかでミネラル類も豊富です。アーモンドミルクはビタミンEが多く含まれ、アンチエイジングや美肌効果が!



材料

(2人分)

- 絹ごし豆腐 200g
- 黒豆(煮豆) 適宜
- アーモンドミルク 適宜
- メープルシロップ 適宜



アーモンドの香ばしさが効いてる!

- ①豆腐はキッチンペーパーに包み、軽く水切りをする。
- ②黒豆(煮豆)を粗みじん切りする。
※他の煮豆でも可。
- ③スプーンで豆腐をすくって器に入れて②の豆をのせて、アーモンドミルクとメープルシロップをかけたたら出来あがり!

固めの絹ごし豆腐なら水切りも不要です。

※写真では茶福豆と黒豆を使ってみました。

一日でできる 暑さ対策リフォームいろいろ!

シェードは西日対策には効果的で夕方の中の家の中の暑さを緩和してくれそうです。何なりとご相談ください。

たったの1日で快適に!

おすすめ 暑さ対策リフォーム!!

日差しが暑くてエアコンがきかなくて...

手動で開け閉めする日よけシート

遮熱ガラス入り内窓

夏は日差しをカット! 冬はあたたか!

太陽の熱を約83%カット

今お3密に30分が取れる

スタイリッシュ! (16528) 併付 半固定タイプ

商品価格(税別) 38,500円

詳しくはお問い合わせください

玄関から爽やかな風を採り込みと家中の風通しが良くなります!

玄関から爽やかな風を採り込みと家中の風通しが良くなります!

扉を閉めたままで爽やかな風の通り道が! できまる

リシート玄関ドア F87型 断熱仕様 3片開き 不目調

商品価格(税別) 494,000円

詳しくはお問い合わせください

工事は1日でOK

こちらもおすすめ

リビングや玄関のイヤホンイヤホン

サウンドシステム

サウンドシステム

商品価格(税別) 80,000円

詳しくはお問い合わせください

工事は1日間でOK

涼感ヒートも吸着する

商品価格(税別) 175,000円

詳しくはお問い合わせください

工事は1日間でOK

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

本物探し 2

こちらが 目印!

くぼたの家 一般住宅

当社HPへは... <http://kubocon.co.jp/housing/>

快適な暮らしに ちょっと使えるお話

8月11日 “山の日” どう楽しみます?!

今年から施行される祝日“山の日”。「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」とされています。“山ガール”デビューしましょうか?! 私はインドア派! という方でも、アウトドア用品をインテリアや日常使いに取り入れて楽しんでみてはいかがでしょうか?

シェラカップは、調理にも食器にもなる持ち手付きのカップです。ベランダでコーヒーをいただくもよし、吊るして飾るもよしですよ。

シェラフ(寝袋)は、クッションカバーに入れて普段はソファに、急な泊り客には本来の寝袋に使うのもスマートですね。



帰省のついでに近所の山に行ってみる?

子供は大喜び...!

今度は巨玉焼きしてみる!

これも使える!

怪我や遭難を知らせるホイッスルは、普段の危険な場面や緊急時も活躍しそうなアイテムです。その他、ランタンや軽量コンパクトなサバイバルブランケットなども災害時に活躍してくれます。視点を変えてアウトドア用品を探すのもよいですね。

快適 Life

夏風邪をひいてしまったら



暑くてボオーとしてる？クーラーが効きすぎて寒気？寝冷えでお腹の調子が...と思っていたら、夏風邪だったなんてことも！薬での対処療法に加え、下の3つのことに気をつけて早い回復を。

- ☆水分をこまめに取る。
- ☆体を休めて、ゆっくり眠る。
(風邪をひいた=免疫力低下=疲れがピーク！これを自覚して、できるだけ仕事や家事を減らす工夫を。)
- ☆冷たい食べ物をさける。
(胃腸も弱ってるので、消化の良い温かい食事を心がけましょう。)

クーラーはいいの？

室内が暑いのに、風邪で寒気があるからとクーラーをかけずにいると、熱中症になってしまう危険があります。クーラーをかけて室温を最適にしてから、衣類や布団で調整する方法が安全です。汗をかいたら衣類を取りかえましょう。もちろん水分補給も忘れずに！



只今 新しい住まい施工中 駒ヶ根市・豊丘村・宮田村



駒ヶ根市のI様邸新築工事、上棟しました。上棟に先立ち、いろいろな仕様を決めます。まずは、サッシの色、屋根の色、外壁、ユニットバス。建て方が終わると、屋根を葺いて、窓を取付けるので、屋根の色と窓の色は最初に決めるパーツとなります。外観パースを参考にイメージをつかって色を決めて頂きます。I様のお宅は、屋根をテラコッタブラウン、窓をホワイトに決めて頂きました。テラコッタブラウンは明るいオレンジに近いきれいな色です。なかなか見られない色なので、オリジナル性がありますね！



豊丘村のK様邸新築工事、基礎工事完了しました。7月中旬に外回りの設備配管工事を行ない、8月初旬に上棟予定です。K様とも仕様の打合せを行ないました。屋根はギングロで、窓はシャイングレーに決定。全体的なイメージをつかんで、外壁の候補を選び、サンプルを取り寄せて、これから外壁を選びます。外壁のギングロは、光の加減で見え方も変わり、シルバーつぼ見えたり、ダークグレーにも見えそうです。8月後半には屋根も葺けるので、楽しみです。



宮田村のK様邸大規模改修工事、完成しました。思い入れのある大きな家を一部減築(解体)し、屋根の瓦を葺き替え、太陽光パネルを載せ、外壁周りも一部耐力壁を設置して耐震性の向上をはかり、断熱サッシに取替えを行ないました。玄関の位置も変更し、内部の間取りも変更、対面型のリビングダイニングキッチンが家の一番明るい位置に配置されました。外も中もまるで新築に生まれ変わりました。K様、完成おめでとうございます。お世話になりました。ありがとうございました。

本物探し

見慣れた標識ですが、どこか違っているものがあります。さて本物はどれでしょう？番号で教えてください。



●答えは最終面のシカクの中に！



CRAFT

クラフトバンド(紙バンド)で作るコースターの紹介です。冷たい飲み物の水滴も吸収してくれて、乾かせば繰り返し使えます。わかりやすいように2色(縦紐・横紐)を使いますが、慣れたら1色でもできます。



涼しそうね！

- 材料と道具 12本取りのクラフトテープ2色 35cm各3本 ニッパー・ハサミ・PPバンド

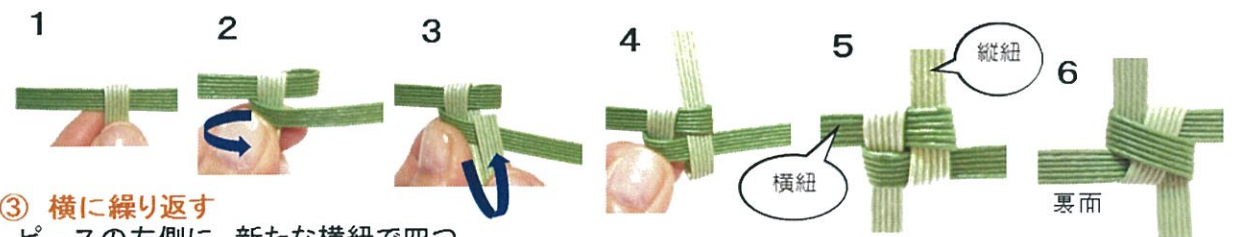
① 縦半分(6本取り)にカット

ハサミで切り込みを入れて、PPバンドで2本に裂き、各色6本のうち5本ずつ合計10本の紐を用意します。
※約9.5cm角のコースターが作れます。



② 左端に四つだたみを折る

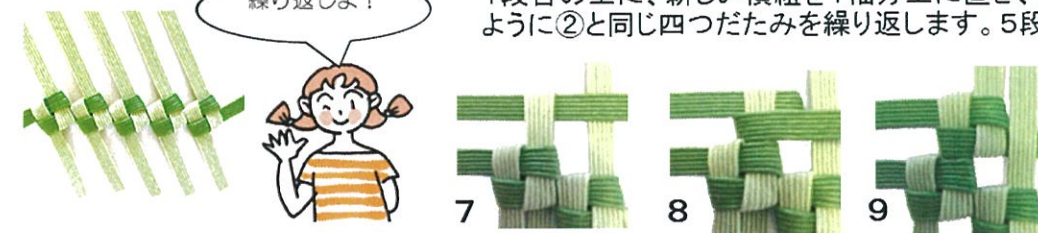
2色を端から5cmのところ十字に置きます。縦紐を後ろに折り、そこに横紐を回し掛け、下側の縦紐を図3・4のように差し込んで引き締めれば、基本の四つだたみ1ピース(図5)ができます。



③ 横に繰り返す
ピースの左側に、新たな横紐で四つだたみを繰り返す、5ピースで1段目を作ります。

④ 上に繰り返す(左端から)

1段目の上に、新しい横紐を1幅分上に置き、図7~図9のように②と同じ四つだたみを繰り返します。5段作ります。



⑤ 仕上げ はみ出したテープをニッパーでカットすれば完成です。

市松模様になるよう意識して折ると、きれいに仕上がります。

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。