

作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

かんたんレシピ

カリフラワーチョコ

カリフラワーは生でも食べられます。旬の今はサラダにもどうぞ。2月14日はバレンタインデーですが、ここで作るチョコは日持ちしないので、デザートやおやつとしてご家庭で楽しんでください！生のカリフラワーがまるでマカダミアナッツのよう！



これを更に細かくカットね!



材料

(2~3人分)

- チョコレート(カカオ70%) 50g
- 牛乳 大さじ1
- ピーナッツバター 小さじ1
- カリフラワー 70g

- ①カリフラワーは1cm位の小さな房にナイフでカットし、洗って水気をよく切っておく。
- ②耐熱容器に1mm~2mmの厚さに刻んだチョコレート、牛乳、ピーナッツバターを入れ、ラップして電子レンジ500Wで1分(600Wなら50秒)加熱する。
- ③ラップを外してよく混ぜたら、そこに①を入れて絡める。
- ④一口大にまとめ、隣とくっつかないように皿に並べ、冷蔵庫で30分冷やして完成。
- ⑤保存は冷蔵庫で。

※電子レンジの時間は、機種に合わせて調節してください。
※甘いのが好きな方はミルクチョコレートなどを使ってください。

地元の木がどんどん使えるようになるといいですね！ 「日本の林業に若者たちが戻ってきた」

丸山 景右のいい家を建てる!

vol.18



丸山 景右/まるやまけいすけ 株式会社 リック 代表取締役

プロが教える雨傘な家づくりの極意

「日本の林業に若者たちが戻ってきた」

衰退産業と見られがちな日本の林業が、成長産業へと変化する兆しを見せています。1995年の国勢調査では、林業における35歳未満の就業者の割合は9.9%でしたが、2005年に13.1%、2010年に17.6%と増加し、農業の7.2%や漁業の12.6%を上回ります。背景には2003年に開始した、林野庁のキャリアアップ支援制度「緑の雇用」の存在がありますが、林業自体にも復調が見られます。価格の下落で輸入材への競争力を持ったことや、戦後に植林され伐採に適した46年超の樹木が半数を超えるなど供給力が増加し、さらに木材を使った公共建築物やバイオマスの利用など新たな需要も生まれています。国産材の割合を示す木材自給率は2015年に30%まで上昇し、30年ぶりの水準に達しました。

若い世代の林業への就労割合の増加に呼応して、即戦力となる人材の育成を目的に全国で「林業大学校」の開校が相次いでいます。林業大学校は都道府県が設立する専修学校、専門機関です。2011年には全国で6校だけでしたが、2012年に京都府立林業大学校が開校し、その後、秋田、高知、徳島、大分でも開校しました。2017年春には兵庫、和歌山、岩手で開校し、全



上:森林・林業学習館HP、下:ヤフーニュース

国で17校となりました。名称は林業大学校、森林大学校、森林文化アカデミー、林業スクールと、さまざまです。内容は全日1年制、2年制のほか、数か月の短期コースや、社会人向けコースもあります。人数は1コースが10~20人と少数。習得できる学科としては、伐採や搬出などの現場作業から、森林科学、経営学、木材加工、マーケティング、流通、IT技術、さらに獣害対策まで、幅広く履修できます。

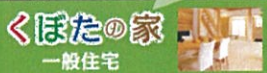
人気は林業大学校に限りません。林業の担い手確保のため林野庁の補助事業として全国森林組合連合会が始めた「緑の雇用」事業ですが、その活動の一環として開催される林業への就業に関するセミナーも活況を呈しています。林業大学校出身者は就職率ほぼ100%。若者が林業に戻ってくれば、「国産材で家建てるのが当たり前」の時代になります。

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

間違い深しの答え D

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



こちらが目印!

ちょっと見ても

104

窪田建設株式会社

住まいのことなら LIXILリフォームショップ

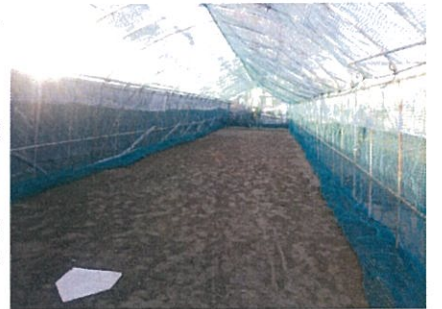
窪田建設株式会社とLIXILリフォームショップ窪田建設が、暮らしのちょっとした情報をお届けします 2018年2月発行

今月の中原のひとり言

絆ゲージ

立春を過ぎても寒さ厳しく、早く春が来ることを願うばかりです。インフルエンザが猛威を振るう中、手洗いうがいを励行して体力をつけて、この寒さを乗り越えたいと思います。皆様もお体ご自愛ください。

息子の中学校の野球部で、バッティングマシンを使うことが出来るようになりました。中学のグラウンドは野球部のものだけではなく、そのマシンを有効に活用するためには、打ったボールが外に飛ばないように鳥かご(ゲージ)が必要になります。そのような設備を作るには当然お金が必要ですが、部費も少なく、学校から補助が出るわけでもない野球部には資金がありません。保護者のみんなで相談して知恵を出し、ネットワークを駆使してゲージ作成のプロジェクトを立ち上げました。概要は、ビニールハウスの骨組みを組んで、その上にネットを張る、できればビニールで覆う。大きさは横約4~5m、長さ20m。これほどの大きさのものを囲うネットは買うとなると相当ですが、ある地域の方のご厚意で、無償でお譲りいただくことが出来ました。ハウスは野球部の保護者の親戚の方で、農業で使っていたものが不要になり、こちらでも無償でいただくことが出来ました。週末の二日間でゲージ建設計画を立て、保護者の方の全面協力を得て作業に取り掛かりました。まずは一日目午前の部、9名で既存ハウスの解体、私と設備屋さんの保護者2名でグラウンドの設置スペースの整地と位置出し。解体は慣れない作業のため大変でしたが、何とか午前中で解体し、グラウンドまでの搬送まで出来ました。午後の部、7名で骨組みの組立。使える部材、使えない部材の選定をしながら、凍みてもとても硬い土にパイプの根元が入る穴をあけていきます。機械と人力を駆使して進めますが結構なハード作業でした。その穴にパイプを差し込み上部で接続して75cmピッチで約30列組み立てました。それから棟部分と横方向を直管でつないでハウス自体の強度とねじれ対策を施して、ゲージの骨組みが完成しました。ここまでで1日目終了。予期していなかったアクシデントも発生しましたが、予定通りの作業を終えることが出来ました。2日目午前の部、ネットを張ります。私の考えは単に骨組みの上にネットを載せる、だったので安易に考えていましたが、保護者の方から「打ったボールが骨組みに当たるから、ネットを内側にたらしの方が良い」との意見が出ました。確かにその通りです。この事のみならず、作業途中で多くの保護者の方の意見を取り入れながら、知恵を出し合いながら、組み立てていきました。作業のメンバーは、入れ替わり立ち代り、仕事の都合で短時間しかできない方もいましたが、都合をつけて参加していただいたり、保護者の結束も強まりました。午後には上からビニールを張り、雨対策を施して完了。最後はマシンをセットして、子供たちに初打ちしてもらい、無事完成しました。購入したものはビニールと雑材でほぼ2万円位で済みました。これも地域の方のご支援と、保護者の皆様のご協力なくては出来上がりませんでした。そのためこのゲージの名は「絆ゲージ」。まだ不完全なので手を入れる必要はありますが、子供達にはこのゲージで感謝の心を持って、練習に励んでほしいと思います。



快適な暮らしに ちょっと使えるお話

2月19日

雨水と二の午

節分、立春が過ぎ、2月後半。雪が雨に変わり、氷も溶けて水になるという意味の『雨水』は、農耕の準備を始める目安とされています。この日にお雛様を飾ると、良縁に恵まれると伝わる地域もあります。お雛様は早くしまいなさい!は聞かれる話ですが、飾るのに適した日もあるのですね。

初午(7日)は五穀豊穡、商売繁盛を願って全国の稲荷神社で「初午祭」が行われます。もちろんお供えは油あげやいなり寿司。二の午も同じように祝う神社も全国にあります。



あまみずじゃ無いのね!

お雛様を飾ろう!



お揚げの折り方も変えてみたわ

折りに

麦わりいなり寿司

いなり寿司、美味しくて食べ過ぎちゃいますよね。ご飯の代わりに大根を細かく刻んで酢4:砂糖1の割合で味つけをして、白胡麻適宜を混ぜます。それを煮たお揚げに詰めます。見た目はいつものおいなりさんですが、新しい食感で味もグッド!これならカロリーも抑えられて、ダイエット中の方にもいいかも。

快適 Life

ラジオを楽しむ！



テレビやインターネットで簡単に映像付きの情報を得られる便利な時代。だからこそ、あえて音声で情報を伝えるラジオに注目してみませんか？

ニュースや音楽だけでなく、映画、本、アート、美容、料理など様々なテーマを色々なパーソナリティーのおしゃべりで楽しめます。家事の手を止めることなく聴けるラジオ、忙しい朝の時間にもぴったりですね。

プロの朗読で読書とは違うアプローチ！懐かしい曲でちょっぴりタイムスリップ？知らなかった名曲を見つけたり…ラジオをつけると新しい楽しみが発見できるかも？

防災用ラジオの点検

防災用ラジオ、購入して非常持ち出し袋にしまったままになっていませんか？充電電池や乾電池を使用するタイプは自然放電するので、交換や予備の電池を補充しておく安心です。ときどき実際に聴いてみる、色々な機能付きなら、それを使ってみると良いでしょう。



只今

新しい住まい施工中

宮田村・駒ヶ根市



駒ヶ根市のM様邸新築工事、造作工事行っています。上棟時のスイッチ、コンセント、照明器具の位置の打合せも終わり、内部の造作工事真っ只中です。まずは、床の下地をつくり、天井の下地（野縁）を流して、9.5mmの石膏ボードを張ります。次は床にフローリングを張ります。M様のお宅はヒノキの無垢のフローリングを張っていきます。それが終わると壁の作業に入り、この段階で棚などの打合せを現場で行います。作業順調に進んでいます。



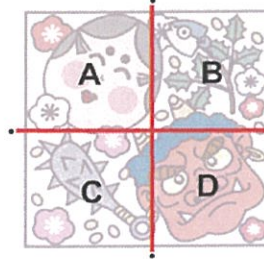
宮田村のK様邸改修工事、造作作業行っています。床下のコンクリート打設作業と、南側の基礎工事も完了し、内部の造作作業に入っています。昔ながらの家のため、床下の土台等も丸太製材のものが多く、通りが通るように大工さんが一本一本納まりを確認しながらの作業になっています。外回りも新しい断熱サッシが入り、間取りも確認できるようになって、新しい住まいの輪郭が浮かび上がってきました。完成が楽しみです。



駒ヶ根市のS様邸サンルーム新設工事完了しました。昨年の暮れに、弊社にて新築をさせていただきました住宅の南面に新しく物干しをメインとしたサンルームを設置しました。大きさは3m×1.8mです。サンルームは、外出していても、洗濯物の心配をしなくても済みますし、お布団などを干すのにも便利です。冬場はちょっと日光浴も出来ますし、植物を育てていらっしゃる方には温室としても利用できます。新しいサンルームの完成、おめでとうございます。

間違い探し

左右のイラストで違う箇所が7つあります。左の表から間違いのないエリアをアルファベットで教えてください。



●答えは最終面のシカクの中に！



Craft

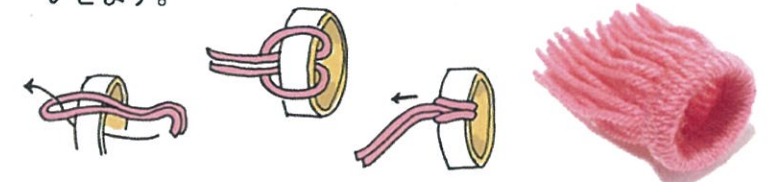
編まないニット帽…と言っても、被れません。ラップの芯を利用した飾り用のプチニット帽です。ペットボトルのキャップにピッタリサイズ！沢山作って壁を彩るガーランド、枯れ枝に下げて飾ったりとかわいいインテリア小物として楽しんでみてはいかがでしょうか？



- 材料 ◆ アクリル並太毛 25cmを26本
- ◆ ラップ芯(直径37mm位) 幅1cmにカット
- ◆ カッター・ハサミ

■ 作り方

① 下のようにラップ芯に半分に折った毛糸26本を結んでいきます。



② 全て結び終わったら毛の流れを整え、半分の位置で結びます。

③ 上の部分をボンボン状にカットして完成です。

※結ぶ毛糸はわかりやすいように色を変えてあります。枝や壁に吊るす場合は長い毛糸も用意してください。※ラップの芯をカットする時は注意してね！



■ ピンクッション

帽子の中に綿を詰め、ペットボトルのキャップで蓋をするだけ。

簡単！



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。