

作ってみよう! かんたん手料理レシピ



オリーブオイルが身体に良い事はもう常識! だからお菓子作りにも使ってみましょう。カロリーは他のオイルと同じですから取りすぎには注意です。100個できたとして1個約10カロリーのクッキーです。

これなら悪玉コレステロールが気になるお父



HMで簡単クッキー

HMはホットケーキミックスの略です。買い置きでHMで簡単手作りクッキーを! 雨降り外で遊べないお子さんと一緒に楽しむのも良いですね!

- 厚手のビニール袋に打ち粉以外の全ての材料を入れ、袋を閉じ揉みます。硬そうならオリーブオイルを途中で足し5分ほど揉み混ぜます。
- 台にラップをして打ち粉をし、生地にも打ち粉したら、ラップではさみ5mmの厚さにし、型抜きします。
- クッキングシートに並べ170度のオーブンで6~7分くらい焼きます。
※オーブンによって時間が違いますので注意して下さい。 ※オープンや天板は熱いので注意してください!

材料 (小100個位)	
ホットケーキミックス	200g
牛乳	大さじ3
砂糖	小さじ2
オリーブオイル	35g~
強力粉(打ち粉用)	適宜

リフォーム感謝祭 開催します 6/29・30 お待ちしています

恒例の「リフォームフェア」行います。大勢の皆様のご来場お待ちしております。

おかげさまで6周年

リフォーム大感謝祭

6/29(土)・30(日) 開催時間 10:00~16:00

ライファ駒ヶ根 窪田建設株式会社

6周年記念 大特価市

55~35%OFF

2日間限定! 大奉仕!!

移動展示車がやって来る!!

会場案内図

ご来場特典

サイコロゲーム

500mmペットボトルプレゼント!

お見積り特典

お花プレゼント

プレゼント!

全面リフォームは **今が相談チャンス**

今年4月から消費税アップ!?

リフォーム工事期間

大型リフォーム実施中

駒ヶ根会場 飯島会場

窪田建設株式会社 TEL:0265-82-3201

住まいコンシェル ライファ 駒ヶ根

6周年記念 大特価市

55~35%OFF

2日間限定! 大奉仕!!

移動展示車がやって来る!!

会場案内図

ご来場特典

サイコロゲーム

500mmペットボトルプレゼント!

お見積り特典

お花プレゼント

プレゼント!

今月の中原の独り言 赤沢自然休養林

6月は衣替え。暑い夏がやってきます。予報によると今年の夏も暑そうです。子供たちが平日の学校休みの日に新緑真っ盛りの木曾の「赤沢自然休養林」に行ってきました。駒ヶ根から権兵衛トンネルを抜け、二時間弱で行けます。この公園は、ヒノキ、サワラ、アスナロ、ネズコ、コウヤマキの木曾五木からなる森林、森林浴を楽しむハイキングコース、夏には水を堰きとめてプールにもなる河原、そして、木を運搬するのに活躍した、森林の中を走る森林鉄道などが楽しめます。屋はバーベキューを予定していたのですが、平日のためかお店が休業。残念...食後に森林鉄道に乗車。森の中を進む電車を楽しみました。途中で川で遊べる場所を発見。歩いてハイキングコースを登り、巨大な平たい石がある河原に着きました。まだ、水は冷たかったですが、川の中に入り遊びました。娘は大喜びです。そしていつものからのパンツ入水...。しかしこれは想定内。着替えのパンツとズボンを持っていたので大丈夫でした。林業の研修で来ていた木曾の高校生の一団が休憩中に水遊びをしていましたが、その内誰かが飛び込むと、次から次へと水の中へ。着替えもなさそうなのに若いっていいですね。鉄道のおじさんが「夏は水を堰きとめて河原のプールになる。滑り台も設置するので面白いよ」と言っていました。夏は大勢の観光客で賑わうことでしょう。今年度、国の補助事業で「木材利用ポイント制度」というちょっと前の住宅エコポイントのような制度が設けられます。県産材を用いた住宅を新築すると、最大で60万円分のポイントが発行されます。そのような制度の説明会に丁度出たときなので、木のよさを知る体験が出来て良かったです。今度は夏に来て見たいです。



弊社前会長窪田文夫さんが、平成25年6月2日永眠をされました。故人への生前のご厚情に大変感謝しますと共に、ご冥福を心よりお祈りいたします。会長、大変お世話になりました。ありがとうございました。天国から見守ってください。

快適な暮らしに ちょっと役立つお話

CRAFT

1 底部分を編む

60cmにカットしたバンド20本を用意。10本をクロスさせ、図のように10目編む。巻きクセがついているので、クセを内側向にすると楽です。両端の紐は均等に残す。

2 カドを編む

カドを作るため、矢印部分を中心に3本ずつとり、図のようにクロスさせて編む。洗濯ばさみで留め、四隅とも同様にする。

3 立ちあがり部分

カド部分と同様、全てをクロスさせ4段編む。前紐は全て左、後ろ紐は全て右を向いています。

4 編み終わり

前紐を図のように折り返したら、手前の一目に入れます。後ろ紐と一直線になるよう引くと綺麗に仕上がります。前紐を全部したら、後ろ紐も同様に。

5 仕上げ

図のように端をカットし、前・後ろ紐共に編目に入れ込み、端の始末は終わり。

PPバンドで小物入れ

PPバンドのPPとは、ポリプロピレンの略で、荷物を結束するための平たい紐です。手芸用にカラフルな色も出ています。小物入れを作ってみませんか?

★分がりやすいよう色を変えてみました。オレンジの部分がカドになります。

赤い点線部分が始末で折る部分

底面はゆがみを直しながら

。。☆。。 素敵インテリア ツールで一石三鳥？ 。。

Interior ツールで快適に

また、朝から雨…そんな時には『今日は家で楽しく過ごす日』と決め、お友達を招いて、お茶やDVD鑑賞をして過ごすのはどうでしょう。



ソファの前にツールを置くと、脚が伸ばせてリラックスできます。収納できるツールなら、雑多な物を入れられるので、お部屋もすっきり！お客さまの荷物入れにも良いですね。また、大勢の来客時は椅子代わりになり、まさに一席(石)三鳥？

床に座り、背もたれ代わりにソファを使っている方は、ソファだと脚が伸ばせないからかも…？誰かが寝そべって占領～！も防げますね。



只今 工事中 新い住まい施工中 駒ヶ根市・飯島町・中川村



駒ヶ根市内の住宅施工中！内部の造作工事真っ只中です。完成まであと二ヶ月あまり。三角屋根が特徴で、完成がとても楽しみです。土壌蓄熱式床暖房も施工してあります。屋根の全面太陽光パネルは圧巻です。



飯島町内の全面リフォーム工事施工中！内部はほとんどを解体し、新しい間取りに生まれ変わります。南側に面した広いリビングダイニングが特徴です。サッシも断熱窓に取替。断熱材も入替えました。外壁も新たにします。張り替わった後が楽しみです。



中川村の住宅着手しました。現在、基礎工事を行っています。写真の状態は、鉄筋を組み、コンクリートを打つ前の状況です。この段階で、瑕疵担保保険に必要な配筋等の検査を受けます。完成は10月を予定しています。新しい住まいの完成楽しみです。

黄色のラインが一直線になるように

折り目を指でつけ完成。

快適生活



傘のお手入れ

雨傘は、濡れたまま畳んでしまうのが一番さけないこと。帰宅後は、乾かすのを最優先にしましょう。



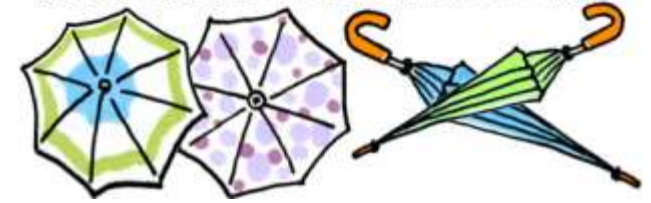
生地が変色する場合がありますので、室内または陰干しをします。乾いた布で持ち手と柄(真ん中の棒)と見落としがちな内側の骨部分を拭きます。傘が完全に乾いたら、防水スプレーをします。生地が完全に乾いたら、防水スプレーをします。生地が完全に乾いたら、防水スプレーをします。

生地が変色する場合がありますので、室内または陰干しをします。乾いた布で持ち手と柄(真ん中の棒)と見落としがちな内側の骨部分を拭きます。傘が完全に乾いたら、防水スプレーをします。生地が完全に乾いたら、防水スプレーをします。生地が完全に乾いたら、防水スプレーをします。



折り畳み傘は、構造上すぐに畳んでしまいがち。生地を痛め、臭いの原因になるので、すぐに干す習慣を！

お手入れは普通の傘と同じようにしてね。



頭の体操 共通一字パズル

1 矢印が示す順に組合わせたとき、4つの漢字とも熟語になる1文字を、空いたマスに入れます。

入れた4つの漢字を組み合わせ、できた四文字熟語を教えてください。

ヒント 心をついて、一人の人間のように結びついて力を合わせる。

朝	恋	答え
第	統	得
眼	臟	
一	液	
賛	合	身
級	温	

2 例にしたがって解き、現れた四文字熟語を教えてください。

好 奇 心 獵 的

ヒント 学問などの奥義を秘密にする為、一人の子や人物に伝える事。

例 ※3文字熟語をつくる。

間	紅	羽	獅	答え
点	髮	舞	板	
腕	大	遺	自	
撲	撲	記	子	

