

作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

かんたんレシピ

さんまとしめじのアジアン風炊き込みご飯

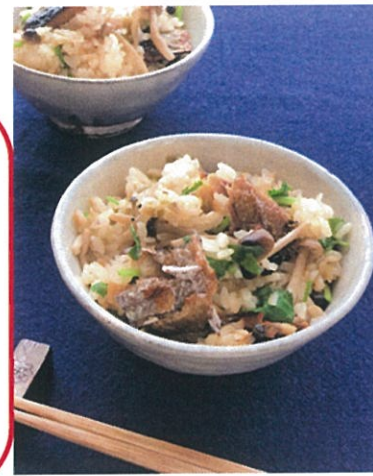
さんまの味わいとナンプラーが効いた炊き込みご飯です。

教えてくれた人…尾田衣子さん
料理研究家。料理教室「アシェット ドキヌ」主宰。ル・コンドブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。

材料

(2人分)

- さんま…1尾
- しめじ…1/4株
- ザーサイ…30g
- 三つ葉…1/2束
- ナンプラー…大さじ2
- みりん…大さじ1
- 米…1合
- 水…炊飯器の1合のメモリの量



- ①さんまは頭、内臓を取って2等分にし、魚焼きグリルで表面を焼く。
- ②しめじは石突きを取って手でほぐし、ザーサイ、三つ葉は粗切りにする。
- ③米を洗い、分量の水、ナンプラー、みりんを加えて混ぜ、①、しめじ、ザーサイを散らして炊飯器で炊く。
- ④炊き上がったら、さんまを粗くほぐしながら骨を取り、三つ葉を加えて混ぜ合わせる。

※さんまは表面を焼いてから炊くと香ばしさが加わっておいしいです。

10/1からの消費税10%引き上げ後の国の支援策 次世代住宅ポイント制度ってなーに?

「千載一遇」。工事の内容によっては、消費税アップ以上の恩恵を受ける可能性もあります。ご相談ください。

千載一遇

【読み】せんざいいちぐう
【意味】またとない絶好の機会のこと。

「千載一遇」のチャンス!

LIXIL リフォーム・新築を検討中の方に千載一遇のチャンス!

次世代住宅ポイント制度

STEP 01 **リフォームを行うor 新築住宅を取得する**
消費税10%が適用されるリフォームまたは新築住宅で「環境」、「安全・安心」、「健康長寿・高齢者対応」、「子育て支援・働き方改革」に役立つ一定性能を有する住宅が対象となります。

STEP 02 **ポイントをもらう**
一戸あたり、リフォームで最大30万ポイント、新築で最大35万ポイントが付与されます。さらに、若者・子育て世帯が既存住宅を購入してリフォームを行う場合には最大60万ポイントが付与されます。

STEP 03 **商品に交換する**
取得したポイントは、「省エネ・環境配慮」、「防災」、「健康」、「家事ラク」、「子育て」、「地域貢献」等に関連した商品等に交換できます。

「次世代住宅ポイント制度の詳しい情報はコチラ!」
LIXIL 次世代住宅ポイント制度 申請書
<https://www.lixil.co.jp/next/>

ちょっと見えてみ

123

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

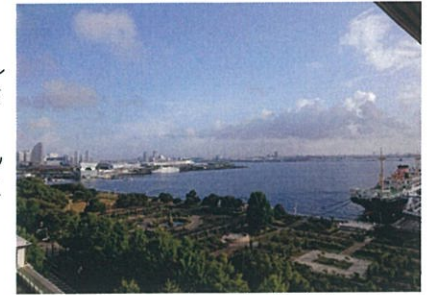
窪田建設株式会社とLIXILリフォームショップ窪田建設が、暮らしのちょっとした情報をお届けします 2019年9月発行

今月の中原のひとり言

横浜、旅ラン10km

あの長かった梅雨が終わり、「いよいよ真夏か」と身構えたら、意外とあつという間に今年の夏は過ぎて行ってしまったような気がします。でも数日ではありましたが、あの溶けるような暑さと、寝苦しい夜は本当に嫌いなので、ほっとしています。これからは走るのにも良い季節となりました。運動の秋、楽しみたいです。

今年のカレンダーは、ゴールデンウィークが10連休。夏のお盆休みを取り込んだので9連休と大型の連休が二回ありました。今年は二人の子供が高校と中学に進学をし、部活動に入ったため、家族みんなの予定が立てにくくなりましたが、子供二人の休みがそろった日に、一泊二日での旅行を計画しました。場所は久しぶりの横浜に決めました。私の中では横浜へのルートは、中央道を八王子インターチェンジで降りて、渋滞する国道16号を南下して、片道3時間半位をイメージしていました。ナビで検索すると圏央道を使うルートが表示され、そこでも久々の横浜を実感しました。結局昔の懐かしいルートを使って11時頃に横浜到着。まずは、自分のカップラーメンが作れる!という日清のカップヌードルミュージアムへ行きました。予約を済ませ、安藤百福さんの軌跡が分かるミュージアムを探索しました。朝のNHKの連続テレビ小説のモデルにもなった安藤百福社長の6つの格言「まだ無いものを見つける、なんでもヒントにする、アイデアを育てる、タテコナナメから見る、常識にとらわれない、あきらめない」という言葉が心に残り、子供たちも刺激を受けるコーナーでした。マイカップヌードルを作り、ホテルにチェックインして中華街へ向かいました。久々の中華街は、どこもかしこも「タピオカ」。看板も何か、どこにでもあるような「食べ放題」の看板が大きく目につき、少し昔の雰囲気が変わりつつあるような感じを受けました。少し早目の夕食を済ませ、横浜港を周遊するシーバスのクルージングを楽しんで一日目は終了しました。二日目の朝飯はおかゆに決めていました。そのお店は7時開店のため、その前にランニングを計画。NHKのBSで放送されている「旅ラン10K」のイメージです。山下公園の氷川丸前をスタート、赤レンガ倉庫の方へ進むとまもなく大栈橋があります。ここを一周。少し登るとそこは船のデッキのようになっていて、先端まで行くと前方にはレインボーブリッジが望め、上がったばかりの朝日で海が輝いて、最高の景色を眺めることが出来ました。客船で来ていると思われる外国人の方もぐるぐる走っていて、まさに国際的横浜でした。一周回って、次は横浜スタジアムを周回し、キング、クイーン、ジャックを仰ぎ、赤レンガ館へ、ここまでで約5キロ。ランドマーク方面へ進むことも考えましたが、このまま帰路へ。とても良かった大栈橋をもう二周して、ゴール。約1時間で戻ってきました。いつものランニングとは違い、初めての場所で、観光地で、足が進むままに走るランニングはとても最高でした。またどこかへ行くときは、旅ランしてみたいと思います。その時はもう少し下調べをして、挑戦したいと思います。朝飯は、中華街のおかゆでした。久々に食べたおかゆは走った分も加味されて最高の味でした。



快適な暮らしに ちょっと使えるお話

9月2日は?

宝くじの日

く(9)じ(2)と、語呂合わせで「宝くじの日」となりました。宝くじの始まりは江戸時代。神社やお寺がその修復費用を集める目的で「富くじ」を発行したのだそうです。そんな宝くじも、今や前後賞合わせて10億円など、高額になってきましたね。また、数字を選んで当てるタイプやスクラッチなど、手軽に楽しめるものも増えてきました。

ちなみに、宝くじはもし当たっても税金がかかりません。宝くじを買うときの金額に税金が含まれているからです。ただし、家族などに渡す場合は、贈与税がかかるのでご注意ください。



何を食べようかな♪
どこに行こうかな♪
夢が広がりますね!

換金されないお金はどうなる?



宝くじの時効は1年!まだ確認していない宝くじはありませんか?

当選しても換金されない宝くじがあるとよく聞きます。もったいないですね。では、換金されない当選金はどうなるのでしょうか? それは、宝くじの収益金とともに、発売元である各都道府県などに納められ、公共事業などに役立てられているそうです。

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

簡単クロスワードの答え オツキミ(お月見)

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



こちらが
目印!

Fashion

多彩になってきたTシャツを楽しむ

シンプルなイメージで、半袖や長袖など季節問わず活躍するTシャツを、もっとおしゃれに楽しんでみませんか？



首の長い人なら首元が詰まったクルーネック(上)も似合います。首が短い人は首回りの開きのあるVネック(左)がおすすめてですよ。

ポートネックとは、首元が浅めで、横幅が広く開いた形のことをいいます。

裾を一部インするメリットはほかにも

最近では、パンツやスカートもウエスト高めではなくのがトレンド。そこへ裾の一部を入れることで、自然なおしゃれさが出せ、いわゆる「こなれ感」が出るとともに、足長効果も。ポイントは、おへそあたりだけを入れてあとは出す！ぜひ、チャレンジしてみてください。

①顔の形で似合うシルエットがある！
首回りのデザインは顔の形と反対のものを選ぶのがおススメ。たとえば、丸顔ならVネック、角ばった顔ならクルーネック、面長ならポートネックがおすすめてですよ。

②トレンド(流行)を楽しみましょう！
ベーシックなイメージのTシャツも実はトレンドがあります。最近では、肩の線が腕まで来て、幅や長さもゆったりと大きめなシルエットが人気。裾を全て出すと、寸胴な印象で、太って見えるので、一部をパンツやスカートに入れるスタイルがおすすめてです。



二の腕が気になる人は袖を折ると、そこがアクセントになって二の腕自体が目立ちにくくなり、自然にカバーでき、女性らしさも出ます。

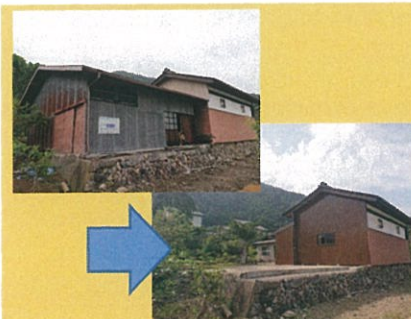
只今 新しい住まい施工中 伊那市・駒ヶ根市・宮田村



伊那市のT様邸新築工事、建て方完了しました。上棟式を終えて、大工さんは内部の造作、並行して屋根の工事を行なっています。建て方が終わることで、いよいよお家の全容が浮かび上がりました。T様のお宅は平屋です。屋根の軒のラインがスーッと伸びて、きれいです。広いリビングとダイニングキッチン、その先にある南と東面のテラスの繋がりがとても良いです。完成が楽しみです。



駒ヶ根市のH様邸新築工事、地鎮祭を行いました。住宅を建てる場所は、駒ヶ根市の市営グラウンドのすぐ東で、西は中央アルプス、東は南アルプスを望める素晴らしいところです。駅も、学校も、町も近くて、とても便利がよさそうです。大安の地鎮祭当日は、爽やかな風が吹く、秋の気配を感じる日でした。お子様と一緒に参列され、玉串を家族皆さんで奉納しました。子供さんにとっても、少し緊張する、思い出になった一日だったと思います。H様おめでとございました。



宮田村のO様邸土蔵しぐき除け工事、完成しました。築年数もかなり建つ、土蔵横の物置をまずは解体しました。解体された土蔵の南面は、漆喰塗などの化粧がされていない、赤土を塗りこんだ状態のままです。このままですと、風雨などで外壁が崩れ落ちる可能性もあるために、しぐき除けを施しました。壁をくりぬいて、窓も付けました。すっきりして、蔵の中も明るく生まれ変わりました。O様お世話になりました。ありがとうございました。

簡単クロスワード

○の中に縦横2つの言葉に共通する1文字を入れて、4つ見つけたら、その4つで出来る言葉を教えてください。



アキマ
マ○タケ
リ

オ○コシ
ナエシ

シンガツ
ア○ナス

モドリガツ
カレ○バナ

●答えは最終面のシカクの中に！

Easy Craft

葉っぱなどを透明な板のフレームに入れて飾る「フローティングフレーム」植物が浮いたようなデザインを気軽にインテリアとして楽しめますよ！

■つくってみよう！

【材料】お好みの押し花や押し葉orドライフラワーorフェイクグリーン(造花)、同じサイズのフォトフレーム2つ、厚紙やカラーボード、カッター

①フォトフレームを裏返し、押さえ板を外して透明な板の上に植物を置く。

②もう1つのフォトフレームを分解し、透明な板を①の上から静かに重ねる。

③そのままでは厚さが足りず留め具で固定できないので、表から見えないように、厚紙などをフレームに合わせた長さの中に、細長くカットしてかさ増しし、留め具で固定すれば完成！



あらかじめ位置を決めておくといいですね



■押し花をつくる場合

分厚い本の中にクッキングペーパーを敷き、好きな植物をはさんでさらにクッキングペーパーを静かにかぶせて本を閉じ、1日は置き、それ以降は様子を見て、植物が乾いていればOKです。



押さえ板なしで留め具を固定させるために厚紙などでかさ増しさせます



カラーボードは100円ショップでも手に入り、カッターでも簡単に切れます



まずは1種類のフェイクグリーンから始めてみると良いですよ！

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。