

作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

ナッツ類を刻んで入れてもGood!



ココナッツオイルチョコレート



話題のココナッツオイルでチョコレートを作ってみませんか?まるで生チョコのようです。

- 材料**
- ココナッツオイル 大さじ7
 - ココアパウダー 大さじ2
 - 粉砂糖 大さじ1

※ココナッツオイルは室温20℃で柔らかくなるのでチョコはプレゼントには向きません。

- ① ボウルに全ての材料を入れて、約40度で湯煎しながら混ぜて溶かします。
- ② 粗熱をとり冷蔵庫に10分程入れて少し固まってきたら、小さな泡だて器でモッタリするまでかき混ぜます。(固まらない場合はまた少し冷やしてから)
- ③ アルミやシリコンのチョコカップに入れて、底が平らな蓋付き容器に並べて冷蔵庫へ。固まったら分量外のココアパウダーを振り完成です。

注目のココナッツオイルは抗酸化力、殺菌力もあり、アンチエイジング、ダイエット効果、アルツハイマー予防などが注目されています。消化吸収が速く、また、直接肝臓に運ばれ素早く分解されてエネルギーとなることで、体に蓄積しにくいオイルと言われています。しかし取り過ぎは注意です。

省エネ住宅ポイント制度が開始されます。

+リフォームフェアのお知らせ

前回実施されました「復興支援・住宅エコポイント制度」が、再び「省エネ住宅ポイント制度」として始まるようになっています。新築・リフォームともに、経済対策の閣議決定日以降(平成26年12月27日以降)に契約し、補正予算の成立日以降に工事が完了したものを対象とする予定です。

- エコリフォームとなる対象の工事は、
- ① 窓の断熱改修
 - ② 外壁、屋根・天井又は床の断熱改修
 - ③ 設備エコ改修(次の住宅設備の内、3種類以上を設置する工事)
- ☆エコ住宅設備☆
- ・太陽熱利用システム
 - ・節水型トイレ
 - ・高断熱浴槽
 - ・高効率給湯機
 - ・節湯水栓
- ④ その他の工事等(①～③のいずれかの工事に併せて行う次の工事等を対象とします)
- ・バリアフリー改修
 - ・エコ住宅設備の設置(③のエコ住宅設備のうち3種類未満を設置する工事を対象)
 - ・リフォーム瑕疵保険への加入
 - ・耐震改修

LIXIL Link to Good Living

速報

3.5兆円の経済対策閣議決定

2014年12月27日、政府は臨時閣議で、消費の喚起と地方の活性化を目的として、自治体や地域の事情に応じて柔軟に使える交付金を創設することなどを盛り込んだ総額3兆5000億円の経済対策を決定した。

下記の項目は、18年度、19年度に実施する。国土交通省が中心となる。

駆け込み需要の影響が大きい住宅市場は3つの対策

1 省エネ住宅に関するポイント制度実施決定!

省エネ基準に適合した住宅の新築、改修などを対象に商品と交換可能なポイントを最大45万円分付与する「省エネ住宅に関するポイント制度」を実施する。ポイントには交換期限を設けるが交付開始やポイント動員は無期限。

新築・リフォームともに、経済対策の閣議決定日以降(平成26年12月27日以後)に契約し、補正予算の成立日以降に工事が完了したものを対象とする予定。

□ エコリフォーム ・前回よりも対象工事の追加、ポイント増額が予定されています。

下記のリフォームについて、省エネ性能等の内容に応じたポイントを発行

- ① 窓の断熱改修
- ② 外壁、屋根・天井又は床の断熱改修
- ③ 一定規模以上のエコ住宅設備の改修を伴うリフォーム
- ④ ①～③と併せて行う以下の工事

バリアフリー改修、住宅設備の改修、リフォーム瑕疵保険への加入、耐震改修等 ※この他、中古住宅の取得と併せてリフォームを行う場合には、ポイントを加算

参考	前回は実施された、「復興住宅エコポイント制度」のポイント数一例
戸建て新築	100万円相当の省エネ設備を標準仕様に含む新築住宅の新築工事
戸建てリフォーム	100万円相当の省エネ設備を標準仕様に含むリフォーム工事
40坪ポイント	100万円相当の省エネ設備を標準仕様に含む新築住宅の新築工事 100万円相当の省エネ設備を標準仕様に含むリフォーム工事
総額	150,000ポイント

ライフア駒ヶ根 同時開催 **2/28(土) 3/1(日)**

省エネ住宅ポイント相談会開催!!

10:00~16:00

会場案内図

リフォームするからお得なチャンス!!
事前にリフォームフェアの開催を知らせ、
お得なポイントがもらえるチャンス!!

トイレ洗面台
キッチン水栓
安全

会場案内図

駒ヶ根市建設業協会
福祉会館

2/28(土) 3/1(日)、春のLIFA駒ヶ根店リフォームフェアを開催いたします!今回は省エネポイント制度の相談会も行ないます。ご興味のある方は是非お立ち寄り下さ

窪田建設株式会社 ライファ駒ヶ根

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

頭の体操 クロスワードパズル の答え「チョコレート」

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/>

今月の沖田のひとりごと

ごあいさつ

皆さん、はじめまして!私は今年の1月1日付で窪田建設に入社した沖田倉昌と申します。前職は飯田の工務店で木造住宅の営業、設計、現場管理として新築、リフォームを担当していましたが、窪田建設の無垢材をふんだんに使用した柱や梁を見せるデザインの「雨楽な家」に魅了され転職を決意した次第です。生まれも現住所も飯田市で、毎朝駒ヶ根まで通勤しておりますが、駒ヶ根もずいぶん変わったなあと感じます。伊南バイパスが整備され、沿道には大型店舗が立ち並び、現在も飯田方面に向けて道路工事が着々と進んでいます。また、飯田もリニア中央新幹線の開業でこれから大きく変わっていくと考えています。災害などで東海道新幹線が不通になった時の代替輸送も兼ねているようですが、飯田は停車駅として決定し、まずは12年後の2027年品川～名古屋間の開業に合わせて駅舎の建設が行われる予定です。飯田～品川間は片道約40分、飯田～名古屋間は片道約20分で移動できるそうで、もうすぐ東京や名古屋が「ご近所」の時代がやってきます。…何か信じられませんか。気になる乗車賃も新幹線の運賃とそれほど変わらないみたいなので、通勤、通学で利用する人も出てくるのではないでしょうか。そんな人々が集まる駅舎ですが、リニア飯田駅は東西に全長1km、高さ15mの大きさになると言われています。それにしても田舎に作られる建物としては大きいですよ!駅の北側に位置するお宅は1日中日陰になってしましますが、そのへんはどうなるのでしょうか。実は私、ずいぶん昔になりますが卒業設計で「リニアの駅舎」をテーマに設計をしています。写真はその時の建築模型なのですが、畳1帖ほどの大きさで運ぶのに担いで地下鉄に乗り注目を浴びたことは今は懐かしい思い出です。最後に、毎年正月は光前寺に初詣で来て、帰りに宮田村の「ぐうでん」で年越しラーメンを食べていたので駒ヶ根にはご縁があるのかもしれない。これから気持ちを新たに新天地で頑張っていこうと思っておりますのでどうぞ宜しくお願いいたします。



快適な暮らしに ちょっと役立つお話

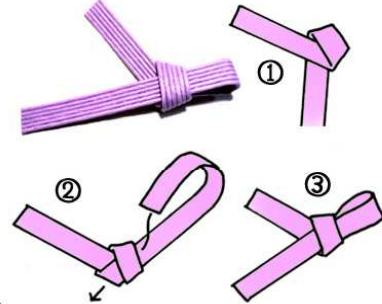
Craft

寒 い冬は、おうち手仕事で小物作りを楽しんではいかがですか? エコクラフトテープを使った“箸置き”は、プチプレゼントにも最適!



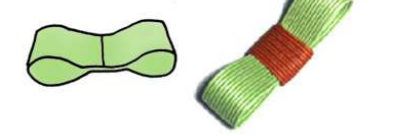
■ 片リボン

15cm幅の切った半幅テープを4cmのどろろ結び、長く残った方のテープを結び目の中を通して、輪を作って戻します。



■ 幅広リボン

13cmに切ったテープを輪にして、図のようにボンドで接着しておく。中央に5cmに切ったテープを巻き、ボンドで接着します。



- 材料**
- エコクラフトテープ
 - 千代紙などお好みの紙
 - 木工ボンド
 - 水性ニス
 - ハサミ・PPバンド

■ カット&ニス塗り

必要な長さの切ったテープの中央部分に、ハサミで切り込みを入れる。PPバンドを図のように挿して、テープを引きカットします。ニスを両面に塗り乾かして、半幅テープを作っておきます。



千代紙はニスを塗る前にボンドでテープに貼って下さい。

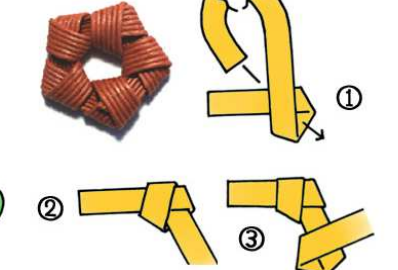
■ リボン結び

20cm幅の切った半幅テープを中央で結び、両方のテープをその結び目に挿してボンドで接着します。



■ 五角結び

30cm幅の切った半幅テープを2cmほど残して結びます。長く残った方のテープに巻くように、あと4つ結び目を作り、最後に最初の結び目に挿して、両端をカットしてボンドで接着します。



Life ウェブカメラで安心

赤ちゃんを部屋で寝かせたり、子供だけのお留守番は、短時間でも心配ですね。ペットの様子も気になります。

室内にカメラを設置して、外出先からスマートフォンで室内を見ることができウェブカメラをご存知ですか？

遠隔操作で見る角度を変える、音声も聞ける、また双方で会話ができるタイプもあります。

離れて暮らす
高齢の親御さんの様子を見守ることもできますね。



みんな大丈夫そうね！

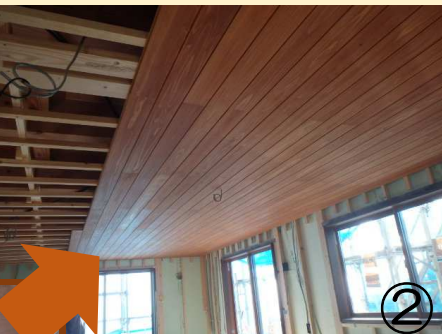
屋外に付けたり防犯対策に使えるわ。

暗視モードで暗い場所も鮮明な画像で見ることが出来るカメラもあります。

只今 新しい住まい施工中 宮田村・南箕輪村

宮田村様邸、現在木工事の真っ最中です。断熱材を充填して床や天井を造作したり、造り付けの棚などを取付けたり…写真は天井と床貼りの様子です。天井材でも石膏ボードにクロスを貼る方法があれば、下地に板を貼りつけていく方法もあります。どんな部材を使われるかによって全く違った表情のお部屋に仕上がります。

↓床貼りの様子



← ↑天井貼りの様子

南箕輪村 M様邸、現在木工事が終わり、クロス工事に入りました。写真は外観を撮影した様子です。基礎工事→柱梁などの建て方工事→外壁工事の順番に進んでいきます。どんなお宅に仕上がりますか、これからが楽しみです。

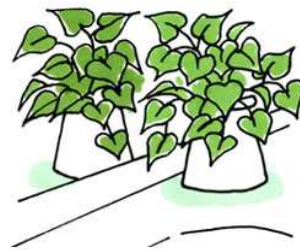


フェイクグリーンを楽しむ

花咲く春はもう少し先…室内にフェイクグリーンを使って冬のインテリアを楽しんでみませんか？

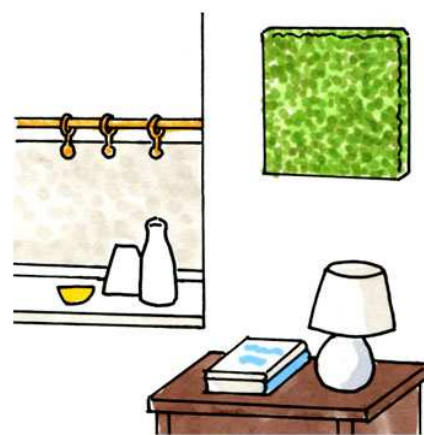
日当たりや温度の管理が難しい洗面所やバスルーム。小ぶりなタイプでも鏡の前なら視覚効果でグリーンも2倍！

これなら枯れちゃら心配なし！



リビングにはフェイク(ニセモノ)だからこそその飾り方はどうでしょう。小さな草がタイル状になったものを、そのまま壁にかけるだけ。ちょっと目をひくインテリアのポイントになりますね。

DIYにチャレンジして、好みの色を塗った木枠を作って、そこに入れば本格的なウォールデコレーションの完成です。



ホコリを溜めてしまったら、水で洗い流して陰干しをするとキレイになります。

洗える素材は塩化ビニールやポリエステルです。

カゴや鉢が一体になっていて、水を吸ったり変形する物は水洗いを避けて、掃除機でホコリを吸ってください。



頭の体操 クロスワードパズル



二重枠に入った文字を並べかえると、どんな言葉になるでしょう？ヒントを見てね！

タテのガキ

- 1 痩せた？太った？気がなります
- 4 時の流れを3区分したひとつ
- 6 サウンド(Sound)を日本語で
- 8 ころしたらどうなる？と事前に検討・想定すること
- 11 パラメーターを日本語で
- 12 去年は〇〇 今年は無
- 13 これならカロリーが少なく健康的です
- 16 みつからないようにするこ
- 17 お正月に沢山をべました
- 18 輪を英語でいうと？
- 19 今年のマスト〇〇〇〇

ヨコのガキ

- 1 皮下や内臓に溜まります
- 2 女性の俳優をどうよびます
- 3 有酸素運動の代表がキ？
- 5 豚に真珠 猫に〇〇〇
- 7 シティやアーバン(City・urban)を日本語で
- 9 不つり合いな組み合わせのこと
- 10 冬は星がきれいに見えるがキ？
- 13 お酒好きは参加します！
- 14 デジカメ以前は写真には必須でした
- 15 葉・茶・煙草などを1回のおごことから、一休みのことを？
- 17 家の外構えに設けた出入口をいいます



※ヒント
2月ですね～
義理や友もある？

クロスワードを解く時は
大文字小文字は無視して下さい。 答え

1		8	11	12		17	
		9			16		
2							19
				13			
3	6						
		7			14		18
4			10				
5					15		

答えは、最終ページに載っています