

作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

かんたんレシピ

3月は『ひな祭り』、春のイメージカラーと言えば『菱餅』の3色では？赤い苺と、抹茶プリンを白い皮で包んだ和風お菓子のご紹介です。

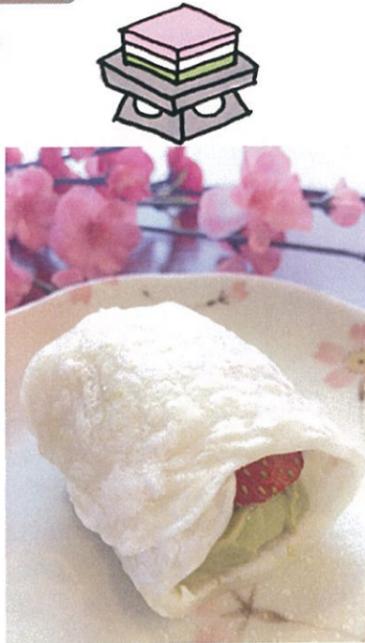
春色の和風お菓子



材料

(4個分)

- 苺 2個
- 片栗粉 適宜
- A
- 白玉粉 大さじ4
- 薄力粉 大さじ3
- 水 大さじ6
- B
- 抹茶プリン 1個(80g)



- ① 苺はヘタを取って洗って水を切り、縦半分にカットする。
- ② Aをボウルに入れて、ダマが残らないようにスプーンでよく混ぜる。
- ③ コーティングされたフライパンを弱火で温め、②の1/4量(1枚分)を入れ幅5cm、長さ14cm位の大きさになるようスプーンで伸ばす。1~2分で火が通るので、焦がさないよう注意。裏返して同様に。焼けたら片栗粉を振った皿に広げて冷ましておく。
- ④ 広げたAの皮の上にBの抹茶プリン1/4量と苺をのせて巻いたら完成です。

※皮はごく弱火で1枚ずつ焼く。

日経ホームビルダー 2月号より 「既存住宅の新事業を国が計画しています」

耐震、空家、ZEHなどの、今後の住宅事業の根幹をなす部分の新しい法整備を国は進めています。

使えるニュース 住宅政策

18年予算案に耐震新事業が登場

2018年度予算案が17年12月22日に閣議決定された。国土交通省が既存住宅に関する3つの新事業を盛り込んだ(図1)。

1つ目は、耐震改修補助の取り組みだ。「耐震対策緊急促進事業」という既存事業の新メニューになる。補助金を使って耐震改修する場合、現

在は補強設計、設計監理、補強工事のそれぞれで申請が必要だ。それをひとまとめにして定額100万円を補助することで、手続きを簡略化する。対象は旧耐震基準の住宅に絞るか新耐震基準も含めるかは、自治体が決める。

2つ目は、「空き家対策の担い手強

化・連携モデル事業」。空き家に関する相談員の育成と、建築、法務、不動産分野の専門家が連携する体制づくりなどを支援する。

もう1つは、「住宅瑕疵等に係る情報インフラ整備事業」だ。既存住宅の維持管理とインスペクションに役立つ瑕疵の情報を整える。

経済産業省がZEH(ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス)の支援などに充てる「省エネルギー投資促進に向けた支援補助金」は600億4000万円と住宅関連で最大規模だ。18年度から環境省が事業の一部を引き継ぐため、環境省は85億円を別に新規で計上している。ワンランク上のZEHや賃貸集合住宅のZEHを支援する制度などを加える。(荒川尚美)

(図1)国土交通省は既存住宅で3つの新事業

耐震対策緊急促進事業	補強設計、設計監理、補強工事をひとまとめにして定額100万円を補助する新メニューを追加	120億円(1.0倍)*	
空き家対策の担い手強化・連携モデル事業	建築、法務、不動産分野の専門家が連携する体制づくりなどを支援	3億円(新規)	カッコ内は前年度比、※は非住宅の予算を含む(資料:本誌)
住宅瑕疵等に係る情報インフラ整備事業	既存住宅の維持管理とインスペクションに役立つ瑕疵の情報を整備	1.2億円(新規)	

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 間違い(7 9 13)

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

くぼたの家 一般住宅

ちょっと見ても

105

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3月発行

今月の中原のひとり言

冬季オリンピックの思い出

三月の声を聴き、いよいよ春が来そうな気配です、そうなる怖いのは花粉症、マスクが離せなくなる季節となりますが、皆様もお体ご自愛ください。

ピョンチャン冬季オリンピック、すごかったでねー。原選手の男子モーグル、小平選手の500m、羽生選手のフィギュア、女子団体パシュート、高木選手のマスケット。手に汗握ってテレビにき付けになりました。韓国での開催ということもあって、かなりリアルタイムで見られることも出来て、感動具合も高かったです。

冬季オリンピックの一番最初の思い出は、1984年のサラエボオリンピックでの500mスピードスケートの黒岩彰選手。今でいうと小平選手みたいな方で、優勝間違いなしと言われていました。夜遅いテレビ中継だったと記憶しています。リンクは屋外で、しかも雪。レーンはアウトコース。当時インコースが絶対的な有利で、黒岩選手にとってちょっとつらい状況だったと思います。雪の影響で製氷機も入り、スタート予定時間も遅れ、眠い中頑張って待った記憶も蘇ります。いよいよスタート。その瞬間、黒岩選手は態勢を崩し、スタートを出遅れました。必死で見えていましたが、結果は10位。金メダルどころか銅メダルも取れず、他の日本人選手が銀メダルを獲得したのですが、そんなことよりも黒岩選手が負けたことがとてもショックで、黒岩選手に手紙を書こうと思ったほどでした。

1998年の長野オリンピックは、地元開催。大学の卒業設計では、「オリンピック村を白馬に」と題して設計をしました。開催が決定する一年前でしたが、必ず決まると信じていました。チケットは、当時の会社で出張で出かけていた京都で買いました。帰りの新幹線まで時間があつたので、駅前のデパートのピアノのチケット売り場で購入しようとしたのですが、私は確か四番目くらいでした。販売開始になっても前の方がかなり手間取っています。全国一斉販売なので、どんどん時間が進むとチケットもなくなっていきます。やっと自分の番が回ってきました。まずはジャンプのラージヒル団体、ダメ。次に個人ラージヒル、ダメ。これがダメならあきらめようと思った個人ノーマルヒル、ありました。何とか二枚を確保することが出来ました。ジャンプ会場は白馬八方尾根。父と二人で前日に岩岳に泊り、朝早く宿のご主人に送っていただきました。競技開始は確か朝9時ころだったと思います。ジャンプ台の真下、正面から観戦していました。ノーマルヒルなのであまり迫力はありません。天気も快晴でどんどん競技も進み、原田選手が見事に銀メダルをとりました。あつという間に終わって正直すごい感動したようなことはありませんでした。帰ろうとすると、バスから降りた団体が競技会場に向かっていきます。「終わっているのに何だろう?」と思っていたら、見られなかった観客が多数いるのを知りました。まだ始まったばかりで運営も色々支障が出ていたみたいでした。一番感動したのはやはりジャンプ団体。会社のテレビでライブで見えていました。四人の選手すべてが最高でした。今までも一番の感動シーンです。これを会場で見たかったです。残念。今の選手は、発する言葉もすごくて尊敬の一言です。苦勞なくして幸せなし。選手の皆様、感動をありがとうございました。

↓娘が私にくれたメダルです。



快適な暮らしに ちょっと使えるお話

3月3日・17日

上巳の節句と社日

3月最初の巳(み)の日に行われた“上巳節”という風習があり、季節の変わり目に老若男女が無病息災を願い、厄払いとして紙や草で作った人形(ひとがた)で体をなでて災厄を移し、川や海に流しました。これが“ひな祭り”へと変化していったと言われています。

社日(17日)は春分に最も近い戌(つちのえ)の日で、産土神(うぶすなかみ)に五穀の種子を供えて豊作を祈る日です。

春はもうそこまで...でも季節の変わり目!体調を整えつつ、近所に春を感じに出かけるのもよいですね。



桃花酒(とうかしゅ)

奈良時代の貴族は3月3日に桃の花を盃に浮かべた桃花酒を飲んだそうです。清酒やワイン、アルコール入りの白酒や甘酒に、桃の花を浮かべてみては? 桃の花が手に入らなくても、桃のリキュールやワインを楽しむのもいいですね。子供にはノンアルコールの甘酒に花びらを浮かべてあげるとよいかも。



快適 Life

IoTでスマートな生活？



近頃よく目や耳にするIoTは「Internet of Things」の略で「物のインターネット化」のことを言います。それが私達の家でどう生活の役に立つの？が知りたいところ。

外出先で『あれっ？鍵ちゃんと閉めたっけ？』と不安になったことはありませんか？インターネットに繋がった鍵(スマートロック)ならば、すぐスマートフォンで確認できて、施錠・開錠もOK。カメラと連動させれば自宅の映像も見れるので、防犯や安否確認に使えます。これらがIoTの一例です。

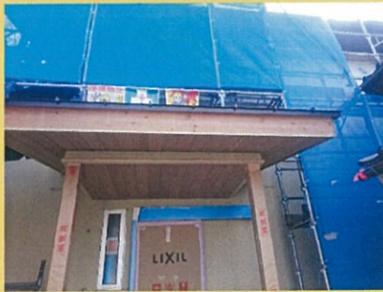
エアコン・照明などの家電、シャッターや給湯器も外出先から遠隔操作が可能、宅内では自分のいる部屋で各部屋の管理ができるなど、より便利でスマートな生活が実現するのですね。

スマートスピーカー

『音声を認識するAI(人工知能)』の入ったスマートスピーカーが色々出ていますね。対応した照明や家電(エアコン・TVなど)を認識させれば、音声で操作が可能です。今後、音声で動く家電が増えると、便利で楽しくなりそうな予感がしませんか？



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。造作工事と並行して、外壁作業も進んでいます。M様のお宅は、上段と下段で外壁材が違います。上段は、金属サイディング。リップ状でブラックです。下段は、ジョリパットの塗り壁です。色はホワイト。全体的にモトーンのイメージです。ジョリパットは塗りの陰影が出て、重厚感を醸し出します。仕上がりが楽しみです。いよいよ最終段階、完成間近です。



宮田村のK様邸改修工事、造作作業行っています。解体してから、内部の間取り変更に伴う下地組、補強工事を行ない、床の下地を組みました。外部をブルーシートで仮囲いしていましたが、サッシも付き、シートを撤去して、外の景色が家の中に入ってきました。広いリビングダイニングキッチン空間に、南面の大きな窓から光が燦々と差し込んできます。部屋の間仕切り壁もどんと出来上がり、空間も分かるようになって来ました。完成が楽しみです。



駒ヶ根市のH様邸下水道工事、内部改修を行なっています。H様のお父様の会社の機器関係の展示をしている建物の水廻りを改修し、敷地内の下水道も新設します。まだ寒いので、外部の下水道工事は3月から行なうこととして、まずは内部の水廻り工事を先行して行います。間取りを一部変更して、ユニットバスの新設、トイレの水洗化、キッチンのリフォームを行なっています。3月中旬には工事完成予定です。完成が楽しみです。

間違い探し

天気記号の表の中に間違いが3つあります。番号を教えてください。

1 ○ 快晴	2 ◐ 晴	3 ◎ 曇り	4 ◉ 霧	5 ● 雨	6 ●キ 霧雨	7 ● 雨強し
8 ●ニ にわか雨	9 ⚡ 雷	10 ☂ 雷強し	11 ☂ みぞれ	12 ⊗ 雪	13 ⊗ 雪強し	14 ⊗ニ にわか雪
15 △ あられ	16 ▲ ひょう	17 ∞ 煙霧	18 S 塵煙霧	19 ⊙ 砂じん嵐	20 ⊕ 地吹雪	21 ⊗ 不明



●答えは最終面のシカクの中に！

Health

脳の中で一番最初に衰えるのが前頭前野と言われています。物忘れが増えた？ケアレスミスが多い？色々面倒になったな？と感じていたら、それは前頭前野が衰えてきているのかも…でも！改善につながる方法が沢山あります。今回は座ってできるパラレルアクションのご紹介です。

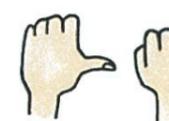


■ 両手じゃんけん



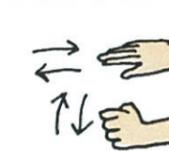
①まず「必ず右手が負けるように」というルールを決めて、グー、チョキ、パーと始める。慣れてきたら今度は左手が負けるようにする。2分位を目安に。

■ 小指・親指



②まず右手の小指を立て、同時に左手は親指を立てます。次は逆に右手は親指を立て小指はグーに戻し、同時に左手は小指を立て親指をグーに戻します。この動作を交互に30回繰り返す。

■ すりすりトントン



③座った姿勢で右手をパー、左手をグーにして腿に置く。右手は腿をすりすり、同時に左手はトントンとたく動きを行います。8回行ったら左右の動きを切り換えます。1分位。※別バージョンでお腹をポンポンと頭をなでてもあります。

■ 三角・四角



テーブルの上に、右手は三角、左手は四角を指で書く。慣れてきたら、左右を反対に。2分位を目安に。慣れたらテーブルから離して。



※うまくできなくてもOK！できない時こそ『前頭前野』が活発になっているのです。

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。