

作ってみよう!

## かんたん手料理レシピ

みどりが鮮やか!



アスパラガスは穂先が縮り、根もとまで張りがあり、切り口が新しい物が新鮮です。冷蔵庫で保存する際には乾燥しないように袋に入れるかラップで包み、できるだけ立てた状態で保存しましょう。

### アスパラとあさりの酒蒸し

アスパラは通年店に並んでいます、春から初夏にかけての露地栽培物が旬です。

- ① フライパンにみじん切りにしたんにく、種を取った鷹の爪、オリーブオイルを入れて弱火にかけ香りを出す。
- ② 中火にして、砂抜きしたあさり、5cmにカットしたアスパラ、ワインを入れて蓋をする。フライパンをゆすり、あさりの口が開くまで火を通す。味を見て、足りないようなら塩を加える。

★バスタソースにもどうぞ。

#### 材料

あさり 1パック250g  
 アスパラ 6本  
 にんにく 2片  
 鷹の爪 1本  
 オリーブオイル大さじ1  
 白ワイン 50cc  
 塩 適宜

## 伊那市富島の吹き抜けと薪ストーブのある 雨楽な家 完成しました。

昨年の駒ヶ根市下平の雨楽な家完成見学会にご来場いただき、木の家「雨楽な家」を気に入っていただいたO様邸が完成しました。

土地の選定、既存建物の解体、擁壁等の造成、地盤改良に約半年を要し、建物に半年。見学会から約一年での完成となりました。

玄関を入ると、リビングと和室に接する土間があり、とても開放的です。リビング中央には吹き抜けがあって、頭上からも光が燦燦と降り注ぎます。薪ストーブの煙突が吹き抜けをつらぬき、温もりを家中に届け、なおかつ家族のつながりを演出します。

三人のお子さんがとてもかわいくて、大好きです。そんなかわいなお子さんのご両親も大変素晴らしいご夫婦です。

本当にお世話になりました。ありがとうございました。



## 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

まちがい探しのご案内「B」

Facebookにて近況をアップしています

窪田建設株式会社 フェイスブック

検索

# ちょっと見ても

VOL 58

窪田建設株式会社

INAX リフォーム ライファ駒ヶ根

窪田建設株式会社とリフォーム専門店ライファ駒ヶ根が、暮らしのちょっとした情報をお届けします 2014年4月発行

### 今月の中原の独り言

### 親子の夢「甲子園」

春を迎えました。花粉症さえなければ本当によい季節なんですけど・・・マスクと目薬が手放せません。今年は少ないようですがご注意ください。第86回春の選抜高校野球大会、通称「センバツ」。息子と二人で私の先輩の息子さんが出場する東海大三の応援に行っていました。

甲子園は久しぶりで、この前も同じように野球でお世話になっている方の息子さんが出場したときに行きました。今から10年前です。その時に一緒に応援に行った先輩の息子さん(当時小学生だった少年)が、まさに今回、甲子園の地を踏み踏みました。なんて素晴らしいことでしょう。あの時小さかった少年が憧れの甲子園で、芝生でキャッチボールをして、シートノックを受けて、打席に立つ。自分には想像もできません。「次は自分の息子が!」との思いで、一緒にに行きました。プロ野球は見に行きますが、高校野球は初めて、当然甲子園も初めてです。三塁側アルプススタンドで一息懸命応援しましたが、相手のプロも注目の投手が素晴らしい、完封負け。試合時間は約二時間。あつという間に終わってしまいました。高校野球って本当にテンポが速くスピーディーです。見ていて気持ちいいです。動きもきびきびとして、屋外のせいか、とてもすがすがしい気分でした。

帰りの集合時間まで少し時間があつたので、次の試合も少し観戦しました。今度は無料の外野席へ。アルプスと違って全体が見渡せて外野もよいです。センターの超ファインプレーを目の前で見たり、名物の甲子園カレーを食べたり、生ビールを飲んだり。二試合目は楽しく見させてもらいました。息子も真剣に見ていました。今は小学四年生。10歳です。高校野球に進んで、私を甲子園に連れてきてくれるでしょうか?あまり期待をかけすぎてもかわいそうだとよく言われますが、頑張ってください。そのためには自分も出来る限りの協力をしたいと思っています。負ければ終わりの甲子園、どんな試合にもドラマがあります。夏は家族四人で来たいと思います。もう少し成長した息子と一緒に。



## 快適な暮らしに ちょっと役立つお話



### クリーム・乳液・オイル・マニキュア

ドロドロしているモノって、捨て場所に迷いますよね。これらの中身は油の捨て方と同様にすれば生ゴミに出せます。市販の油捨てバックが使えます。飲み終えた牛乳パックにボロ布を入れたもの、クッキングシートの上にキッチンペーパーやボロ布を敷いたもので代用できます。中身を捨てた容器は指定のゴミで出しましょう。

### 口紅・粉系化粧品

おしゃれな容器に入っているこれらも、どう処分するか迷いますよね。口紅は最後まで出し、折って容器から外します。粉系(アイシャドウ、ファンデーション)も爪楊枝などを使い、容器から取り出し生ゴミに。容器は指定のゴミで出しましょう。

## 捨て活!

処分方法がわからず捨てられない化粧品類が溜っていませんか?

化粧品やヘアケア商品などは、小さい上に腐らなないので、ついつい溜めてしまいがち。捨てられない原因の一つは処分の方法が分からないからでは?今回はそれらの捨て方に目を向けました。



### 制汗・ヘアースプレー類

ガスや中身を全て抜きます。火気の無い屋外で、新聞紙やボロ布を入れた大きめのビニール袋の中にスプレーをして、全てカラにします。その後(缶に穴を開ける・開けない)は自治体の指示どおりにします。新聞紙やボロ布は燃えるゴミに。

※作業前に缶の注意書きを良く読んで下さい。

ゴミの分別はお住まいの地域による決まりがありますので、迷ったら、役所などに問い合わせましょう。



化粧品にも消費期限があります。お肌に直接つけるものですから1シーズン限りと考えた方が安心ですね。





。。☆。。 素敵インテリア 。。☆。。

Life 多肉植物がかわいい!

ぶっぴりした葉やユニークな姿が魅力的な多肉植物は、室内にセンスよくグリーンをとり入れたい初心者や忙しい人におすすめです。

茎や葉に水分を溜めて乾燥に備える植物ですから、水やりは春なら2週間～10日に1回程度です。土が完全に乾いてからたっぷりあげます。日当たり風通しの良い場所を好むので、1日1回は窓を開けてあげましょう。

無菌、無臭の土(セラミス)を使えば、鉢底に穴が要らないので、スープカップなどの食器やブリキ缶に寄せ植えもでき、テーブルの上にそのまま飾れるので、インテリアのアクセントになりますね。



サボテン以外の多肉植物はレース越しの窓辺などに置いてあげましょう。直射日光に急に当てると、葉が焼けて色が悪くなる場合があります。

只今 工事中

新しい住まい施工中

伊那市・駒ヶ根市・宮田村



伊那市の「羊の家」完成しました。足場もはずれ、内部の照明器具やトイレなどの器具付けも終了。外部の排水などの配管工事を残すのみとなりました。南からは光が差し込み、外も中も白を基調とした色で、とても明るいお宅に仕上がりました。温もりのある羊毛断熱の家。とても温かく快適です。



宮田村の「雨楽な家」造作完成間近です。上棟時確認で、スイッチ、コンセントの位置の確認を行い、造作の棚やカウンターなどの高さも現場で確認をしながら決定しました。内部の壁ボードもほぼ張りあがり、細かい作業を残すのみです。造作が終わると、漆喰塗りの左官作業や内装作業に入ります。完成は5月予定。楽しみです。



駒ヶ根市の「雨楽な家」建て方まっさい中です。北割の分譲地で、ほぼ同時施工で三社で建設しています。西に中央アルプス、東に南アルプスを仰ぐ絶好のロケーションです。素晴らしい環境の下、自然を感じる「雨楽な家」。吹き抜けと薪ストーブのある雨楽な家。完成は7月予定。待ち遠しいです。



宮田村の「パイン床と珪藻土塗り壁の家」基礎工事完了しました。二月の大雪の影響で、着工が多少遅れましたが、無事基礎工事完了しました。お施主様には壁の色を検討していただいておりますが、もしかするとちょっと斬新な色になるかもしれません。完成は7月予定。楽しみです。

快適生活 夜洗濯はいかが?

“洗濯は朝して干す!”何となくそうしている家事ではありませんか? 夜洗濯で、忙しい朝に余裕が生まれるかもしれませんよ。

干す場所が無いわ…と思われた方。1坪くらいの空きスペースがあります! そうバスルームです。浴室換気乾燥機がついていると便利です。除湿機でも代用できます。

夜洗濯をしたら、入浴後のバスルームの乾燥も兼ね、洗濯物を干すのはどうでしょう? 電気代が…という方には、ある程度まで乾いたら、換気扇だけという方法もあります。

翌朝、晴れていたら屋外や陽のあたる室内に移動させるだけです。休日、朝から遊びに出る時にもおすすめです。



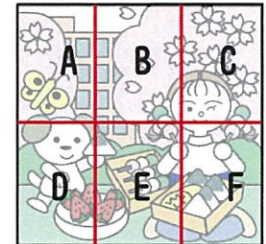
汚れた衣類はランドリーボックスで待機(洗濯機に入れておくと、衣類にも洗濯槽にも雑菌が増え臭いの原因に!) 部屋干し洗剤を使う、洗いあがったらすぐ干し、すばやく乾燥! これですべて臭いは防げます。



溜めることは臭いの原因になるので、小まめに洗って乾燥させる夜洗濯、いかがですか?

頭の体操 まちがい探し

上の絵と下の絵には7ヶ所違うところがあります。さてエリア表A～Fのうち、まちがいのないエリアはどこでしょう? 答えは一つ、記号で答えてね。



答えは、最終ページに載っています