

省エネ生活 始めよう!

~温水暖房便座編~

便座のふたをするということは、便座がふたと便器にはさまれることで、保温効果が生まれ、便座の表面温度が下がりにくくなるということ。その節約効果は、ふたを常に開けていた場合と比較すると1割ほどアップ。また、便座の温度設定をいつも「低」にしておくと「高」にしておいたときよりも節約できます。便座の温度は、冬場でも「高」にしておくと熱すぎて使いづらい時もあるので、まめに設定を変えるようにしましょう。



切り餅が電子レンジでつきたて風に! おモチのおやつ

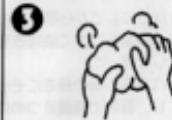
つきたて風お餅の基本のつくり方



切り餅(4個)は半分に切り、耐熱容器に入れ、半カップの水を加えてラップをし、レンジで2分30秒加熱する。



餅が柔らかくなったら中の湯を捨て、水で温らせたすり木でつきながら混ぜる。餅に冷水をかけるとくっつきにくい。



手で温める温度になったら、手を水で温めながら餅をとし、さらにこねるようにして混ぜる。



形を整えて、片栗粉をつければ出来上がり。

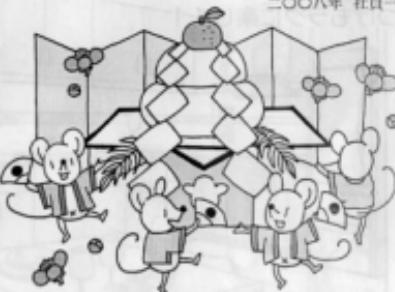
アレンジいろいろ

- 粗みじんに切ったくるみを香ばしく炒って加える。
- ふかしたきつまいもを混ぜ、きなこをかけて。
- ふかしたじやがいもを混ぜ、粉チーズとバセリをかけて。
- 餅に柚子を混ぜ、大根おろしとポン酢で。

あけまして おめでとう ございます

旧年中はひとかたならぬご愛顧に預かり厚く御礼申し上げます
本年も一層のサービスの向上に努め
社員一同皆様のご要望に沿えますよう万全を期しております
何とぞ皆様のお引き立てを賜りますようお頼い申し上げます

二〇〇八年 社員一同



住まいる通信



2008 Winter

ちょっとかわいい花生活

庭や空き地から花が姿を消してしまう、寂しい季節になりました。この時期、透照してくれるのが観葉植物。そんな観葉植物を利用して、テーブル用にアレンジしてみませんか。まず、オリヅルランとカラーを用意し、オリヅルランをバランスよくいる分だけ馴染んでいきます。

花器の大きさにあわせカットし、挿すだけでアレンジの出来上がり。カラーの変わりにバラやユリなど、大ぶりな花を使うとよく映えます。



腰の痛みにはこのツボ!

腰痛には鈍痛から激痛までさまざまなタイプの症状があります。それら全般の痛みを緩和するのが、この[腰筋(コウケイ)]という手のひらのツボ。温水シャワーで2~3分刺激を与えましょう。



手のひらと手の横目の側面、小指の付け根にあら骨の筋肉の下端。

暮らしの快適向上計画

楽しく充実した暮らしは、快適な住まいがあってこそ。毎日の生活の中で、不便やめんどうを感じることがあるのなら、思い切って住まいの改善を考えることも必要です。最近の住宅設備には、機能性を高めながら、新鮮な発想で暮らしに新風を吹き込む工夫もいろいろ。そんな工夫の数々をチェックして新しい年を楽しく快適に過ごしましょう。

キッチンそのもののを見直し、

料理もかたづけもラクに楽しぐ！

最近主流のシステムキッチンには、カウンタータイプ、アイランド型等の様々なタイプがあります。例えば、写真のキッチンは、シンク作業台→コンロ→作業台→カウンターと筋くし字型。料理の下ごしらえから仕上げまでを、少ない動きで流れるように見えます。



いつも忙しくて疲れ気味・・・
バスルームをバージョンアップ！

浴室をくつろぎのスペースにバージョンアップするなら、ゆったり入れるバスタブは必須。また、バスタブにヘッドレストがついているので、スチームを出せるタイプもあるので要チェック。また、出窓やシャワー部分と一体型になったシステムバスなら、掃除も手軽に出来ます。



くもりガラスの風合いに

空き瓶リフォーム

いつか何かに使えるとつい取っておきたくなるガラス瓶。でも空き瓶そのまま使うのは味がない。そこで空き瓶を簡単にリフォームできないかと考えてみました。テープを貼ってシーツひとつふきするだけで、アンティーク風のやさしい雰囲気に生まれ変わりますよ。

本材料

くもりガラス仕上げスプレー 300ml/1200円位
マスキングテープ ※テープの幅はあらかじめ便利(DIYショップなどにあります)

カッターナイフ 空き瓶



もしも、知りたい…



マニキュアの除光液で落とすことが出来ます。細かい部分を修正する時は指棒に除光液をしみ込ませて拭き取ります。

まちがいさがし

左のイラストを見比べてね！
4つのまちがいがあるよ。



4つのまちがいに○をつけ、住まいの迷惑を店頭に持って行こう。答え合わせをするよ。見事正解された方には、その場で粗品をプレゼント！

解答期限：2月末日まで

野菜をたっぷり摂りましょう！

野菜巻き巻き鍋

■材料

しゃぶしゃぶ用豚肉
えのき茸
にんじん
万能ねぎ
ごぼう・白菜・大根
・油揚げ 各適宜



ONE POINT

ごぼうは皮と身の間に旨味や香りがあるので、調理の際は、皮はむかずにたわしでこする程度にします。



■つくり方

- ごぼうはささがさにしてから酢水にさらす。油揚げは熱湯をかけて油抜きをし、切りにします。
- ごぼうの野菜はそれそれらの長さにそろえて粗切りにし、豚肉で適量さつめに巻きます。
- だし汁でごぼうを3分ほど煮たの豚肉と残りの野菜、油揚げを加え、煮えた出来上がり。

サテライトサービスショップ
くらしプラス **各ナカジマ**

彦根店/彦根市平田町700-2 長浜店/長浜市南浜町3-4 ☎ 0120-46-0411

A 中島商事(株) 本社/東近江市宮前町61-5
TEL. 0749-65-7376 FAX 0749-65-7062