

はやしのひとりごと



こんにちは！住まいメイトの林です。
夏が過ぎ、食べ物の美味しい季節がやってきましたね。
皆さん秋の食べ物は何かお好きですか？
私は毎年、サンマと秋鮭が楽しみです。
サンマは、お刺身、塩焼き、圧力鍋で骨まで軟らかく煮たのも大好きです！
美味しい新米と一緒に、もう食欲が止まりません(^v^)
秋鮭はなんと言っても はらこめし！母から作り方を教わったのを思い出しながら作るのですが、なかなかあの味を越えられません。
今年も子供たちの「おかわり～！」が聞けるよう、頑張って作ります(^o^)/

12星座占い

- | | |
|---|---|
| <p>おひつじ座
(3/21～4/29)</p> <p>焦らずのんびりいきましょう。プライベートの充実を力を入れると吉。早く帰って家で寛ぐのもよし、次の休暇のレジャー計画を立ててみるのもよし。今から貯金を始めると、順調に貯まりそう。</p> | <p>てんびん座
(9/24～10/23)</p> <p>見た目に力を入れると人気運アップ。ヘアカラーを明るくしたり新しい服を買いましょう。優しいイメージが付き、周囲に人が集まってくるので相手への好印象につながり人気急上昇です。</p> |
| <p>おうし座
(4/20～5/20)</p> <p>一人の時間を満喫できそう。あれこれ空想したり、好きな趣味に没頭すると、リフレッシュできます。もし何か行動をするときは目立たないポジションを選び、陰から皆を支えると吉です。</p> | <p>さそり座
(10/24～11/21)</p> <p>趣味の習い事や勉強会がキッカケで、気の合う人と出会えます。感謝の気持ちを忘れずに、相手に何をしてあげられるかを考えて行動すれば沢山の人と出会えるでしょう。</p> |
| <p>ふたご座
(5/21～6/21)</p> <p>どんな場面でも自分の感覚で物事を進めていけます。周りの動きに左右されることなく、あなた自身の立ち位置をしっかり確保できるので、あれこれ悩むことも少ないでしょう。</p> | <p>いて座
(11/22～12/21)</p> <p>仕事熱心はいいですが、職場でうまくいくには周囲との調和も大事です。たまにはみんなと雑談でもしながら息抜きをしましょう。仕事以外の時間は仲間と一緒にワイワイ過ごすのが正解。</p> |
| <p>かに座
(6/22～7/22)</p> <p>アートセンスが花開くとき。趣味で作品づくりに挑戦してみてもいいでしょう。また、周囲の注目を集めやすい時なので、誰からも好かれるコンサバなファッションで出掛けると人気上昇間違いなし！</p> | <p>やぎ座
(12/22～1/19)</p> <p>部屋に置くグッズを充実させよう。小物やクッション、ポスターなど、カワイイ物を買おうと吉。また、グローバルな視点で物事を考えれば、物事に組み込むチャンスを手に入れることができます。</p> |
| <p>しし座
(7/23～8/22)</p> <p>何かと疲れてしまう時期。上手に気分転換をはかり、日頃の疲れをとりましょう。運動するとリフレッシュするので、明日へのやる気が出てきます。忙しい時は海外の風景写真を部屋に飾ると吉。</p> | <p>みずがめ座
(1/20～2/18)</p> <p>あなたのちょっとしたユーモアが幸運を招くカギ。周りの人を笑わせて自分もハッピーに！仕事も楽しみながら生き生き動けます。でも、イヤなことは後回しにしがちなので後で慌てないように注意。</p> |
| <p>おとめ座
(8/23～9/23)</p> <p>人の影響力が大きく、相手に流されやすいので関わる相手によって自分がどうしたいかを考え行動しましょう。変動が激しい日が続くので、慎重に行動し、疲れを溜めずしっかり休むことが大切。</p> | <p>うお座
(2/19～3/20)</p> <p>楽しいことを共有出来る相手と自然に仲が深まっていく時期。職場内でも自然な気配りが出来るので評判はとも良いでしょう。地味な作業も率先して動き、いろんな人と交流をもってみましょう。</p> |

伊藤建設



住まいる通信

伊藤建設株式会社
LIXILリフォームショップ伊藤建設
住所：宮城県岩沼市桜五丁目3番59号
TEL: 0223-24-2383 FAX: 0223-22-2264

No.9

LIXILリフォームショップ 伊藤建設が、生活の楽しい情報、知っておくとちょっとお得な情報をお届けします。

2017年9月1日発行

8月5日 地域感謝祭

ご来場ありがとうございました！！

地域感謝祭は大勢の方にご来場頂きました。
各コーナー共、大変盛り上がり、特に工作コーナーの木工教室は午前中で終了となる大盛況でした。
縁日コーナー、展示コーナーも含めてお楽しみ頂けたのではないかと思います。
今後とも住まいに関する相談などがございましたらお気軽にお声掛け下さい。ショップ店長 山本

縁日

みんな真剣！上手にのれたよ★

屋台

新鮮野菜は朝から大盛況★

たくさん食べておなかいっぱい！

展示

最新の商品をチェック！

工作

大工さんと一緒に木工教室！！

8月19日 岩沼市民夏祭り 模擬上棟式

(岩沼建設産業同友会 提供)

伊藤建設が上棟式の担当となり、前日の18日に上棟工事、当日は伊藤建設から社長を始め5名参加し、上棟式と餅まきを行いました。
あいにくの雨模様でしたが、大勢の方々に餅やお菓子を振舞うことができました。

雨の中、こんなに沢山集まって下さいました！

餅まきの様子。後ろの人まで届くかな？

棟梁が祝詞を読み上げます。

当社の棟梁と大工さんです。お疲れ様でした！



伊藤建設

住まいる通信

住まいのことなら
LIXILリフォームショップ

No.9

2017年 9月号

伊藤建設株式会社

LIXILリフォームショップ伊藤建設

住所: 宮城県岩沼市桜五丁目3番59号

TEL: 0223-24-2383 FAX: 0223-22-2264

今すぐ アクセス!! 伊藤建設 岩沼

E-mail: honsya@itokensetu.co.jp

ホームページ: http://www.itokensetu.co.jp

快適 Life



張地の種類

大きく分けて、布(ファブリック)・合成皮革(PVC・PU)・本革の3種類です。布の織り方や素材、合成皮革もコーティングの有無、皮はなめし方や色の付け方など様々。それぞれ細かいメンテナンスの方法は違ってきますので注意しましょう。

ソファも夏バテかな?

秋彼岸の頃には暑さや空気も夏の盛りとは少し違ってきますね。リビングの大物、ソファ。汗をかいたままお昼寝したり、夏休みの子供達が遊んで、ソファもちょっと夏バテ気味? かもしれません。簡単なお掃除をしてあげましょう。張地によって違いはありますが、基本は同じです。

外せる部分は取って、掃除機の先を細いノズルや柔らかいブラシに替え、埃や食べかすなどを取り除きましょう。ステッチ(縫い目)部分なども忘れずに。それぞれの張地に合ったクリーナーで拭き掃除をしたら、風通しが良く陽の当たらない場所で乾かします。ソファも元気を取り戻せたかも! ソファで隠れていた床や壁も掃除ができるので、スッキリですね。



Health

動脈硬化は、知らないうちに起こっているとか。硬くなった血管もストレッチで柔軟性が向上することが分かってきました。今回は家事に取り入れられるストレッチの紹介です。無理しない範囲で取り入れてみては?

■洗濯物を干す時

洗濯カゴは床に置き、膝を曲げず、背中も腕も伸ばして取り出す。干す時にひとつずつ頭の上まで上げてから、いつもの所に干しましょう。



全て左右均等にね! やりづらいけど頑張る!

■窓・網戸のお掃除の時

腰から上の部分を拭く時、脇を伸ばすようにして横に移動しながら掃除しましょう。



■収納物を取る時

軽い物は、ちょっとだけ高いところに置いて取ってみましょう。



■テーブルの上を拭く時

テーブルから少し離れ、上半身を伸ばすようにして拭いてみましょう。



■洗面所の鏡を拭く時

鏡を背にして立ち、身体をねじって拭いてみましょう。



※持病のある方、運動を制限されている方は主治医にご相談ください。

かんたんレシピ

麴レンチトースト



そのまま使える... 知らなかった!

材料

(2人分)

- 車麴(中) 4枚
- オリーブオイル 適宜
- 粉砂糖 適宜
- メープルシロップ 適宜

(つけ液)

- 卵 1個
- 牛乳 100cc
- バニラエッセンス



大豆の植物性蛋白質はよく知られていますが、お麴も植物性蛋白質(小麦)がたっぷり! 味噌汁や吸い物、すき焼きの添え物だけでなく、味が淡泊なのでスイーツのメイン食材にも使えます。加熱する必要が無いので、水で戻してしぼるだけで、サラダのトッピングなどにも使える便利食材です。

①ボウルに卵を割り入れ、牛乳とバニラエッセンスを加えよく混ぜる。

②容器に麴が重ならないように並べ①の“つけ液”をかける。ラップをして冷蔵庫に入れ、2時間したら裏返し、更に2時間程度おく。
※麴は水で戻さず、そのまま使います。

③フライパンにオリーブオイルを薄くひき、麴を入れて弱火で焦がさないよう両面を焼く。

④焼きあがったら粉砂糖をかけ、好みの果物を飾り、メープルシロップをかけて完成。

熟語探し

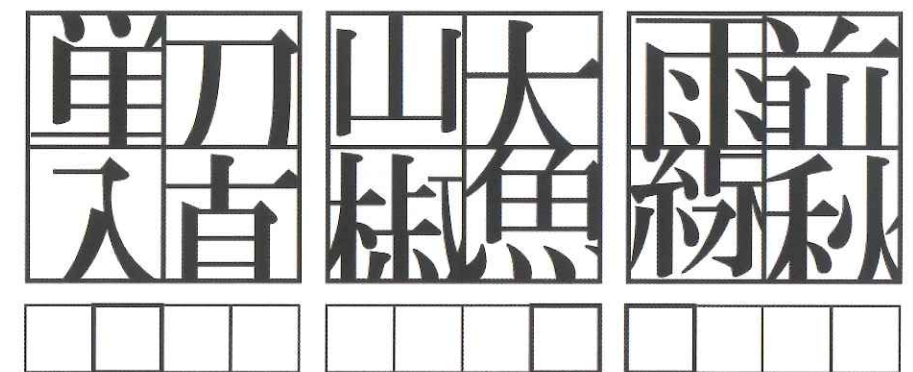
クイズの答えを募集します
正解者の中から抽選で10名様にプレゼントを差し上げます。
はがき、FAX、メールにて

①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名⑤電話番号をお書きの上、当社宛にご応募下さい。
〒989-2433

岩沼市桜五丁目3番59号
リフォームショップ伊藤建設

10月末日までご応募ください。

A~Cは四字熟語の各漢字の一部を拡大したものです。四字熟語を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を教えてください。



答え

