

Chottoいいかも！

近頃は海外でも注目されている『盆栽』。100年を超える物もあるのだとか…。ちょっと敷居が高そうですが、初心者でも始められる“ミニ盆栽”があります。

高さは10cmくらいまでで、テーブルや出窓、ベランダなどでも育てられる手軽さがよいですね。紅葉の季節なのに、出掛けられない時も、ミニ盆栽の“紅葉”で気分は紅葉狩り！なんてどうでしょう。野や山にある樹を小さく、美しく何年もかけて育てるのが盆栽の醍醐味。1本の枝が10年後にこうなるといいな…と手をかけるのだそうです。

“ミニ盆栽”や更に小さな“ミニミニ盆栽”にも我が家のインテリアの友となってもらいましょう。



ミニ盆栽で紅葉狩り？



豆知識

「楓・カエデ」の中で秋に色が変化するものを“モミジ”と呼んでいます。植物分類上は「カエデ科カエデ属」だそうです。楓は英語で Maple モミジは Japanese maple とされている場合も。カエデが国旗になってる国にカナダがありますね。

12星座占い

おひつじ座

あなたの頑張りや努力が実を結び、ひとつの結果を出すことになりそう。アイデアにまつたら、食事はゆっくりとかんで食べるようにしてみて。

(3/21～4/29)

てんびん座

手がけている仕事を、満足いく形で達成できそうです。楽しんで仕事をすることが、今月の成功のカギです。新しい仲間の協力もあるかも。

(9/24～10/23)

おうし座

相手の立場になって考えて行動すると、物事がうまく運びそう。抱えていた問題に解決の糸口が見えてきそうです。

(4/20～5/20)

さそり座

前向きになることで、ポジティブなエネルギーをたっぷり充電できる月。特に、仲間との連携がうまくいきそうです。

(10/24～11/21)

ふたご座

忍耐力が試されるかもしれません。ここを乗り越えれば、大きく成長できます。頑張りどころとらえてください。

(5/21～6/21)

いて座

直感がさえる月。今月起る出来事の中に、偶然とは思えないような素晴らしいことがいくつもあてでしょう。

(11/22～12/21)

かに座

身近なところの掃除、ためていたものの整理整頓をすると吉。また、将来の夢に向け、具体的な計画を立てるのにも向いている月です。

(6/22～7/22)

やぎ座

できるだけ自分のペースを守って。香りのいい入浴剤を入れたお湯に浸かり、リラックスするのがオススメ。

(12/22～1/19)

しし座

なにかを達成する喜びがある月。ひそかに取り組んできたことが周囲に認められそう。また、音楽やアートなどを通じて、素晴らしい出会いがありそうです。

(7/23～8/22)

みずがめ座

新しい友人を作るチャンスです。飲み会や食事会などがあれば、積極的に参加しましょう。また、次の旅行の計画を立てるのも吉。

(1/20～2/18)

おとめ座

今後のために生活について見直しをはかるといい月。衣食住の習慣で前から変えたいと思っていることがあるなら、思い切って行動を起こすチャンスです。

(8/23～9/23)

うお座

周りに友好的な人が集まり、知り合いがふえそう。一緒にいるだけでポジティブなエネルギーがわいてくるような相手に注目を。

(2/19～3/20)

リフォームショップ
山本 秀文 店長



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.18

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。 2018年10月1日発行

新米でおにぎりを食べよう！！

こんにちは。代表の伊藤です。新米がおいしい今日この頃！おにぎり、おむすび、にぎりめし、呼び方はいろいろありますが、ピカピカの新米でおいしいおにぎりを作ってみましょう！

おにぎりに合うお米

2017年におにぎり協会が選定した結果、『つや姫／山形県』『銀河のしずく／岩手県』『ゆめぴりか／北海道』の3銘柄が入賞しました。粒がしっかりしていて、表面に粘りがあるのが良いとの事。わたしは宮城のお米、ササニシキ・ひとめぼれも大好きです！

炊き方と握り方

新米はいつもより少なめの水で炊きます。炊き上がった後15分ほど蒸らすことが大事です。おにぎりは炊きたてを握るので、熱々を平らなバットに広げたり手につける水を氷水にしたりして、やけどに注意します。手につける水にはお酢を少し入れるとおにぎりに艶が出ます。手のひらで転がしながら4～5回軽く握ってそれから型を整えます。ふんわりと米粒を潰さないように軽く握りましょう。塩は指3本でひとつまみ程度、冷めてから食べる場合はもう少し塩加減を強めにします。

どっちで包もう？

お弁当にするおにぎりは冷ましてから包みます。ラップは握る時に使えて、電子レンジで温めることができます。専用のペンでイラストを描く可愛いアレンジも人気です。アルミホイルはごはんとの間に適度な隙間ができ、余分な湿気を逃がして冷めても美味しく食べられます。また金属イオンが雑菌の繁殖を防ぎます。

具材は無限大

お米はどんな食材にも合うので、おにぎりの具材は和洋中となんでも合わせることができます。さっぱりとお漬物、がっつり焼肉を入れたり、旬の素材を混ぜ込んで季節を楽しんでもいいですね。手軽にどこでもおいしく食べられるおにぎりは、日本のソウルフードです。



お米の ひとりごと



こんにちは！住まいメイトの織茂です。

お店などに行くとハロウィンの飾りや期間限定パッケージのお菓子を見かけるようになりました。もうそんな季節だとは、そりゃ寒いわけですね。お隣り山形県の東根市では9月におばけかぼちゃコンテストがありました。かぼちゃの大きさは約300キロ近くあり、大迫力！全国大会にもなれば500キロが優勝ラインだそうです。世界大会だと1トン越えも。想像しただけですごい大きさですね！山形大会は残念ながら運営側の人手不足により今年の第30回大会を最後に幕を閉じたそうです。以前、大会の展示のかぼちゃを見たときはあまりの大きさに、子供が乗るサイズならかぼちゃの馬車は本当に作れるかも！？と思ってしまったほど。育てるのは大変ですが、見て楽しめるおばけかぼちゃはハロウィンの雰囲気にとりつきの圧巻の佇まいでした。食べることはほぼない鑑賞用かぼちゃですが、いつか育ててみたいと夢を膨らませています(・ω・)



快適 Life



家事もはかどる～

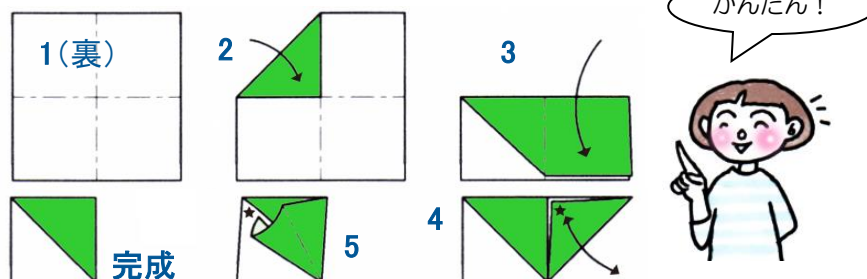


25分に1回くらい
目を休ませてね！

三角しおり

本の背表紙から出ている紐は“スピン”という名がついています。日本独自の呼び方で、英語では“Bookmark”“Tassel”です。

簡単三角しおりは、ページの角に被せます。小さいですが落ちづらく、たくさん作っておけば付箋の代わりになりますね。4で折った部分を広げ、★印の角を最初にした三角部分の中に入れるだけ！



かんたん！

読書の秋！こんな場所と照明

秋の夜長は読書三昧がしたい！デスクとデスクライトのある場所で読書できればよいのですが…書斎も無い、リビングやダイニングじゃ落ち着かない…そうだとベッドルームが空いているじゃない！？

ベッドで読むなら、クッションや枕を背に入れて座った姿勢を整えましょう。本と目の距離は30～45cm離し、照明はまぶしくなく見にくいのが、その人にとって最適の明るさです。光源は直接目に入らないように。昼光色は明るくてじっくり読む時には適していますが、睡眠の前は電球色や温白色が向いています。LEDの色味や明るさを変えられるタイプの照明がおすすめです。

クッションで整えられたベッド書斎が待っている！と思えば、家事もさっさとやれちゃいそうではありませんか？

Interior



ゴスロリに
決定！

僕は普通に
いいでしょ？

いいかも！

10月31日は“ハロウィン”ですね。カボチャのジャックオーランタンやコウモリ、骸骨、お化けなどの小物が店頭にはびまわりますが、今年はちょっと“大人ハロウィン”なインテリアを目指してみませんか？

リース

今年はカボチャやコウモリをやめて、黒だけで作ってみてはどうでしょう？黒い花材が無い場合は、出来あがってから黒のスプレーで色を付けるのがおすすめ。古くなって使わなくなったリースをリメイクしても良いかも？黒や紫の羽や長いチュールリボンもハロウィンらしさが出ますね。



■カボチャもシックに大人色

カボチャはオレンジや黄色が定番。ランタン作りはちょっと大変なので、丸ごとのカボチャにアクリル絵の具で色を塗って飾ってみましょう。

全体を白く塗り、乾いたら黒い模様のマスキングテープを貼る。金色絵の具で幾何学的な模様を描く。上を切って中をくり抜き、オアシスを入れて花を飾るのもよいですよ！黒やシルバーに塗るのもシック。



やって
みたい！

■テーブルも大人コーデ



黒やグレー、紫色のテーブルクロスなどをメインに、黒い花瓶に黒い造花はどうでしょう？ワインの空き瓶などを黒く塗るのも雰囲気アップですね。オレンジはほんのちょっと使うだけがポイントです。

かんたんレシピ

菊たっぷり鍋とレタスしゃぶしゃぶ鍋

材料

菊たっぷり鍋

- 食用菊（適宜）
- 好みの具材（豆腐・きのこ・春菊・鶏肉など）

レタスしゃぶしゃぶ鍋

- レタス
- 好みの具材（豆腐・きのこ・しゃぶ用豚肉や牛肉など）



旧暦『重陽の節句』もあり、10月は食用菊も美味しい季節ですね。鍋の出番が増えてくる頃。食用菊を使った鍋と、レタスのしゃぶしゃぶ鍋のご紹介です。

A. 食用菊はよく洗い、水気を切ってのせるだけ！鍋も華やか！
B. レタスは軽く火の通った位がシャキシャキ感がありおいしいです。サラダの食感とはまるで違うので、ぜひシャブシャブの食感も楽しんでみてください。やみつきのなるかも？！
ダイエット中でも沢山食べられるのも魅力です。

※食用菊には抗酸化作用のあるクロロゲン酸・イソクロロゲン酸が含まれているので、アンチエイジングに効果あり！と言われており、コレステロールを抑える作用も認められています。ビタミン類も豊富なので美肌効果も期待できちゃう！旬に摂りたい食材ですね。

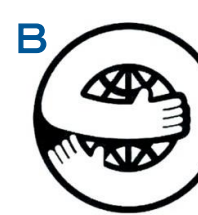
本物探し



今月号のプレゼント

ポーチにも入る！
可愛いツボ押し＆
ハンドクリームのセット

A～Cのマーク、よく見かけますね。あれ？でもちょっと変かも…。正しいマークが1つだけあります。探して教えてください。



クイズの答えを募集します

11月末日までご応募ください。

正解者の中から抽選で3名様にプレゼント。

はがき、FAX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、伊藤建設宛にご応募下さい。