

ホームページ リニューアルしました!  
「ホームウェル須田建設」で検索できます。  
ブログやっています。是非見てください!

## 知っていましたか? 1合は1カップでは無い?!



お米1合は180mlなので料理の計量カップ200mlとは違うのです。炊飯の基本はお米と水が同量というのは知っていましたが、さ~おさらいです。

砂糖大さじ1は15g。〇か×か?これは×。計量スプーンはmlを計るので重さは計れません。

玉子のサイズSS~LLとありますが、黄身のサイズも違う。〇か×か?これも×が正解。黄身の重さはほぼ18~20gと一定なので、卵白の重さの違いがサイズの違いです。



## ずば楽(ら)生活 大学ノート1冊で管理!

手帳も色々買ってみました、パソコンにデータを入れたりもしました…でもずばらで物忘れが激しい自分に合っている方法にやっとたどりつけました。

大学ノートにその日にしている事をそのままどんどん書いていけます。気になった広告などは直接貼ってしまいます。打合せ内容もこれに記入!

この方法をとってからは、前の情報でも「確かあの頃に…」と探せますし、誰からいつ電話があった、どこそこに電話した(電話番号も記入)テレビで流れたレシピなども書けます。手帳だと書ききれない情報満載の便利なノートとなりました。

表紙に日付と番号を!



## 1月のレシピ

### ジンジャーアップルパイ

#### 材料

材料(2人前)

- しょうが 1/2かけ(5g)
- りんご 1/4個
- 冷凍パイシート 18×10cm 1枚
- グラニュー糖 小さじ1/2



体をポカポカしてくれる、しょうがは冬のお助け食材、そのしょうがを使ったアップルパイです。

#### ▲作り方

- (1)パイシートは室温におき解凍、半分に切る。しょうがは皮付きのままみじん切り、りんごは軸と芯を取り、皮つきのまま縦半分にしてから、横に薄切り。
- (2)オープン用シートをオーブントースターの天板に敷き、パイシートを並べる。そのパイの上にりんご・しょうがをのせ、グラニュー糖をかけ、オーブントースターで、回りに焼き色が付くまで10分ほど焼き出上がり。

## 心理テスト



自分の仕事机に、気晴らしに置くとしたらどれですか?



- きれいなグリーンか花
- スタイリッシュな文具
- 恋人の写真
- リラクゼーション小物



運気のUP方法がわかる!

#### ● 診断 ●

A. …不運がないものの、少しダレてきているあなた。金銭運も精神面も、全体的に緩やかな下降線。幸運を信じる力が、あなたの運氣上昇の起爆剤になるので、風水や占いをチェックし実践してみましょう。

B. …今の職場に完全に飽きているあなた。新鮮な気持ちを自分で沸き起こすように努力しましょう。毎日変化のある何かを机に置くのがいいでしょう。また美しい配置が気持ちを落ち着かせます。

C. …今のあなたは、仕事よりも楽しいことが多くて、職場にいても心ここにあらず?オンとオフの切り替えが上手くできていないようです。職場だけでつけるアクセサリーとかで切り替えましょう。

D. …マンネリではなくお疲れ気味ですね!体も心もオーバーヒート状態です。まとめたお休みを思い切って取ってしまいましょう。いつも頑張っているあなたのことだから、周囲も理解してくれます。

## 快適生活

### タオルを考える

#### ● 本当にバスタオルは必要?

髪が短いので、シャンプー後、お風呂から上がった時に使うのはスポーツタオルかフェイスタオルが2枚だけです。これなら毎日でも洗濯可能です。我が家のバスタオル…枕カバーとして使っているのが現状です。3日おき位で洗濯です。

#### ● ハンドタオル

我が家で使用頻度が高いのが、このサイズです。各自用に用意し、手や顔を拭いたりして、濡れたらすぐ交換し洗濯カゴに。トイレや洗面所にもこのサイズを掛けています。

#### ● 薄手のハンドタオル

台所で使うこのタイプは、色を換え、食器拭きやまな板用(濡れたらすぐ交換なので10枚位)・台拭き用(5枚位)使っています。洗っても汚れが取れなくなってきたら、どちらも掃除用タオルに変身させ、最後は燃えるごみで処分です。

私はタオルが大好きです。あのふわふわしたコットンの手触りと吸水のよさで、食器拭きから掃除用までほとんどがタオルです。皆さんはどうお使いですか?

#### タオルはきれい好き

長い間汚れたままにすると、硬くなったり臭くなったりしやすいだけでなく、微生物やカビが悪さをします!濡れて汚れた状態を少しでも早く、きれいな乾いた状態を保ちましょう。

#### タオルを長く使うには

使い方が比較的ハードな上に、洗濯頻度が多いタオル。10~15回に1回位、柔軟剤を使うことによって繊維がほぐれ、柔軟性を保つことが出来ます。干す時は日光より風通しに注意しましょう。ふわふわ感風が作ります。10回位振ってから干すと最初の風合いが保たれますよ。



良い住まいと良い暮らしを提供する会社

# 身近な工事やっています

例えば・・・

- ・クロス張替え
- ・襖張替え
- ・障子の張替え
- ・畳表替え
- ・ウツユットの取替
- ・ガラスの取替
- ・手すりの取付
- ・カギの交換
- ・面格子の取付
- ・火災警報器の取付
- ・屋根・外壁の塗装
- ・樋の修理
- ・門扉の取替
- ・サッシの取替

※当社で工事をした物件のみ

住宅  
エコポイント  
制度が再開  
します！

工事  
対象期間

【エコ住宅の新築】  
平成23年10月21日  
～平成24年10月31日

【エコリフォーム】  
平成23年11月21日  
～平成24年10月31日

※他にもお役にたてる事があると思います。お気軽にご相談下さい。

『小さな工事だから頼みづらい』、『こんな事やってもらえるの？』  
なんて思わず、住まいに関する事であれば、お気軽にご相談下さい。

- 有資格者 一級建築士 1名、二級建築士 2名、一級建築施工管理技士 3名  
二級建築施工管理技士 1名、増改築相談員 2名  
宅地建物取引作業主任者 1名
- 加盟団体 ㈱日本住宅保証検査機構 (JIO) ジャパンホームシールド (株) (JHS)  
国土交通省認定登録加盟店 ㈱LIXILホームウェル加盟店

地元の私達にお気軽にご相談下さい。



【土・日も休まず営業しております。】



株式会社 須田建設

埼玉県朝霞市浜崎4-10-87

0120-71-7750



ホームウェル

須田建設

## お豆腐餅

材料(二人分)

- ★ 絹ごし豆腐・・・100g
- ★ 片栗粉・・・大さじ2
- ★ きな粉  
お砂糖  
塩 ……適量

- ① お豆腐と片栗粉をよく混ぜる。
- ② ラップしてレンジで1分、再び混ぜ、さらに1分加熱。押さえつける感じで混ぜる。
- ③ きな粉とお砂糖をかけてできあがり♪

カロリーはおもちの  
約2分の1です。



きな粉  
たっぷりか  
かき混ぜ  
ます♪

ツツ  
ポイント

- ☆ 砂糖醤油+海苔や、とろろ昆布、青海苔などでもおいしいです。
- ☆ 片栗粉の量はお好みで調節してください。



れあい担当の  
城川です。

1月

明けましておめでとうございます！  
今年も又、まるまるもりもり がんばりますので  
よろしくお願いします。

## そのリフォームは 新築よりも新しい

これならババも納得!!

安心の7大特徴

- ① 費用も工期も建替えの約半分
- ② 住まいの資産価値も、快適性もグレードアップ
- ③ ライフスタイルに合わせたリフォーム提案が可能

- ④ 高品質・高性能な住まいを造るホームウェルの技術
- ⑤ 耐震診断やシロアリ対策など安心をプラス

- ③ 住まいながらの工事もできる
- ⑥ 万全の保証体制

「新築二世」は現在の家を建替えることなく、内外装や設備を一新して新築同様に仕上げる全面リフォームプラン。慣れ親しんだ住まいの面影はそのままだけ、よい安心して快適な暮らしが実現します。

## もう一度、家に恋しよう

建替えよりお得な  
一棟まるごとリフォーム!

建築士の資格を持つスタッフが  
最適な性能  
をご提案。



施工前



施工後

住宅性能  
を再生

お気軽に  
お問合せ  
下さい。