



## 快適生活

### 洗濯物をたたむ時に

夏の洗濯は気持ちが良いほど沢山できますね。洗濯物をたたむ時にちょっとひと手間かけておくと、衣類・タオル類を気持ち良く保つことができます。

横に、ハサミ・リッパー・ボタン付け糸・針を用意しましょう。ボタンホールや縫い目の最後にちょっと出ている糸、タオル・タオルケットのほつれた糸をカットするとあらスッキリ！首筋やわき腹で気になっていた「シャツのタグなどはリッパーではずせます。取れそうになっていたボタンも早めに付けてしまえばもう安心。

道具はかわいい缶に入れ、テンションもUP!



## これ便利!

### 携帯やスマホで管理?

買い置き商品、洗濯洗剤や柔軟剤など、詰め替え用がセールだったとき「あれ?我が家はこれ?」と悩み、買って帰ったら「間違えちゃった。容器付を買わなきゃ…」って経験ありませんか?

メモの代わりに、我が家のストック品を携帯やスマホの写真に撮っておけば、お目当ての品物を買う事ができて便利です。

頼まれた商品も画像ならば、その場で確認が出来ます。メモだとメモ自体を無くす事もありますし、自分が使わないだけに、本当にこれ?と迷いがちですが、この方法なら細かい部分も拡大できるので、間違えがなくなりますね。



オレンジジュースとホットケーキミックスを使った酸味のきいたさっぱり味のプディングです。夏のデザートに最適です。

#### ▲作り方

- (1) オレンジは皮をむき、薄皮の内側にナイフを入れ、ひと房ずつ取り出す。
- (2) ボウルに、卵・砂糖・オレンジジュース・ホットケーキミックスの順に混ぜる。
- (3) グラタン皿にサラダ油を塗り(2)を流し入れ、オレンジをのせる。
- (4) フライパンに(3)を置いたら、湯を2cm入れ、蓋をして中火で18~20分ほど蒸す。
- (5) 取り出して、粗熱をとったら冷蔵庫で冷やして完成です。



## 心理テスト



グラスに一輪の花、水はどれくらい?そして飾るとしたらどこ?

グラスの花はあなた自身の象徴です。

水の量…水の量は、現在のあなたの「生活に対する満足度」を表しています。あふれるほど入っていると答えたあなたは、充実した生活を送っていますね。半分以下と答えたあなたは、環境に不満を感じていませんか?ストレス発散も必要です。自分を見直す機会がかもしれませんよ。



#### ● 診断 ●

飾る場所…あなたがなんとなく物足りなさを感じている場所を表しています。職場と答えたあなたは、仕事に不満があるのであれば?外の世界に通じる窓辺や玄関と答えたあなたは、人間関係に困っていませんか?バスルームや寝室は愛情に不満が!リビングやダイニングは単調な生活に物足りなさを感じています。

## Green

### 夏の室内を涼しげに



アイビー

暑さも絶好調!観葉植物のグリーンが室内にあると、涼しさを感じさせてくれますね。垂れ下がる感じのアイビーはエアリー感もあり丈夫で長持ち、どの場所にも合う植物ですね。室内で育てる時の注意などをどうぞ。

#### 室内でのポイント

室内で小さなグリーンを飾る場合、鉢カバーがインテリアのポイントになります。フローリングの床やカウンター、出窓、テーブルの上などに飾るので、庭やベランダに鉢を直接置くようにはいきませぬね。

大きめのカップに入れ、テーブルに飾る、麻のバッグに受け皿ごと入れる、また内側に水受けのついた切花アレンジ用のカゴに入れ窓辺に吊るすなど、室内ならではの楽しみ方が出来ますね。

鉢のまま飾る場合も同様ですが、水やりは鉢の下から水が出るまでやり、受け皿(鉢カバーの底)には水を残さないのが鉄則です。夏場は特に高温で蒸れ、根が腐る原因となりますから注意して下さい。



#### 材料

材料 (4~8人分)  
14×20×3 グラタン皿・1個分

- ホットケーキミックス 大さじ4
- 卵 2個
- オレンジジュース 300cc
- 砂糖 大さじ3
- オレンジ 1個
- サラダ油 適宜



# 身近な工事やっています

# 8

月号

2013年

例えば・・・

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

(株)須田建設は  
**耐震診断**  
の出来る会社です。  
1級建築士事務所登録番号  
(4) 第5800号

※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。

地元の人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。】



## 須田建設のこの頃..

こんにちは!!

CAOオペレーターの添田です。

暑い夏真っ只中ですが、夏バテなどしていませんか?  
規則正しい生活、そしてこまめに水分補給をして、  
元気にこの夏を乗り切りましょう!!  
夏は楽しいイベントが盛り沢山ですよ!!  
弊社でも、恒例の夏のイベント、木工教室、  
『親子、夏の!!おもいで』工作 第3回を開催致します。  
興味のある方は、お気軽にお問合せ下さい!!



▲プランター作り

▲ 昨年の様子です。  
『プランター作り』と『木とタイルのトレイ』  
のどちらかを選んで作って頂きました。

今年も、『光る泥団子』、『手作り木琴』の  
予定です。

※詳細は又後ほどお知らせ致します。  
お楽しみに^^

▲木とタイルのトレイ

## オクラの パン粉焼き

材料 (2人分)

- ★オクラ6本
- ★マヨネーズ大さじ2
- ★パン粉大さじ2
- ★塩コショウ適量



- 1 オクラを塩でもんだ後、固めに茹で冷水中に取る。
- 2 キッチンペーパーで水分を拭き取り、マヨネーズと塩コショウを絡め、パン粉をまぶす。
- 3 トースターにアルミをひき軽く焦げ目がつくまで焼いてお皿に乗せて出来上がりです。

※夏の疲れた体には  
「ぬめり」がいいそうです。

オクラに含まれる「ぬめり」の成分はガラクトサン・アラバン・ペクチン、といった食物繊維で、ペクチンは整腸作用を促したり便秘を防ぎ、大腸がんの予防にもなります。また、ガラクトサンは脳細胞を活性化し免疫力強化の働きがあるそうです。他にもカロチンやミネラルも豊富に含んでおり夏の疲れた体には最適です!!



ふれあい  
担当の  
城川です。

8月 海へ山へと  
遊ぶことが沢山!!

でもお盆休み 仙様の  
供養も忘れないでね。

## そのリフォームは 新築よりも新しい

これならパパも納得!!

安心の7大特徴

- 1 費用も工期も建替えの約半分
- 2 高品質・高性能な住まいを造るホームウェアの技術
- 3 住まいながらの工事もできる
- 4 住まいの資産価値も、快適性もグレードアップ
- 5 耐震診断やシロアリ対策など安心をプラス
- 6 万全の保証体制
- 7 ライフスタイルに合わせたリフォーム提案が可能

「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、より安心で快適な暮らしが実現します。

建替えよりお得な  
一樣まるごとリフォーム!

## もう一度、家に恋しよう

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。