



快適生活

夜洗濯はいかがですか？

なにかと忙しい4月、家事の時間を見直してみませんか？洗濯を夜にすることで、バタバタしがちな朝に余裕が生まれるかもしれませんよ。

干す場所が無いわ・・・と思われた方。1坪くらいの空きスペースがあります！そうバスルームです。浴室乾燥機がついてると便利です。除湿機でも代用できます。

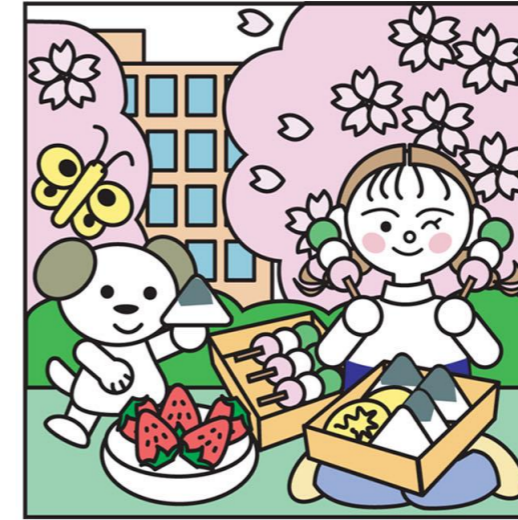
夜洗濯をしたら、入浴後のバスルームの乾燥も兼ねて、洗濯物を干すのはどうでしょう？電気代が・・・という方には、ある程度まで乾かし、あとは換気扇だけという手もありますね。

翌朝、晴れていたら屋外や陽のあたる室内に移動させるだけです。

部屋干し対応の洗剤を使えば、臭いも心配ありません。



間違い探し 右左のイラストで違うところが5箇所あります。さてどこでしょう？



答は右下にあります。



素敵インテリア

多肉植物がかわいい！

ぷっくりした葉やユニークな姿が魅力的な多肉植物は、室内にセンスよくグリーンをとり入れたい初心者や忙しい人におすすめです。

茎や葉に水分を溜めて乾燥に備える植物ですから、水やりは春なら2週に1回程度、枯らしてしまう一番の原因は水のやりすぎです。日当たりが良く風通しの良い場所を好むので、1日1回は窓を開けてあげましょう。

無菌、無臭の土(セラミス)を使えば、鉢底に穴が要らないので、スープカップなどの食器やブリキ缶に寄せ植えもでき、テーブルの上などにそのまま飾れるので、インテリアのアクセントになりますね。



捨て活！

処分方法がわからず捨てられない化粧品類が溜まっていますか？

化粧品やヘアケア商品などは、小さい上に腐らないので、ついつい溜めてしまいがち。捨てられない一番の原因は処分の方法が分からないからでは？今回はそこに目を向けてみました。

クリーム・乳液類・オイル・マニキュア類

ドロドロしているモノって、捨て場所に迷いますよね。これらの中身は油の捨て方と同様にすれば生ゴミに出せます。市販の油捨てパックが使えます。飲み終えた牛乳パックにボロ布を入れたもの、クッキングシートの上にキッチンペーパーやボロ布を敷いたものでも代用できます。中身を捨てた容器は指定のゴミで出しましょう。



制汗・ヘアスプレー類

ガスや中身を完全に抜きます。火気の無い屋外で、新聞紙やボロ布を入れた大きめのビニール袋の中にスプレーしてカラにします。その後(缶に穴を開ける・空けない)は自治体の指示どおりにします。新聞紙やボロ布は燃えるゴミに。

※作業前に缶の注意書きを良く読んで下さい。

★ 注意

ゴミの分別はお住まいの地域による決まりがありますので、迷ったら、役所などに電話で問い合わせましょう。

化粧品にも消費期限があります。お肌に直接つけるものですから1シーズン限りと考える方が安心ですね。

口紅・粉系(アイメイク等)

口紅は最後まで出し、折って容器から外します。粉系も容器から爪楊枝などを使い、取り出して生ゴミに。容器は指定のゴミで出しましょう。



クイズ答え：女の子前髪、女の子膝、犬の足、団子の串、ビルのペントハウス



4月のレシピ

アスパラとあさりの酒蒸し

材料

材料 (2人分)

- あさり 1パック 300g
- アスパラ 6本
- にんにく 2片
- 鷹の爪 1本(お好みで)
- オリーブオイル 大さじ1
- 白ワイン 50cc
- 塩 適宜



アスパラはハウス栽培や輸入物でお店には通年並んでいますが、旬は春から初夏にかけての露地栽培物です。

▲作り方

- (1)フライパンにみじん切りにしたにんにく、種を取った鷹の爪、オリーブオイルを入れて弱火にかけ香りを出す。
- (2)中火にして、砂抜きしたあさり、5cmにカットしたアスパラ、ワインを入れて蓋をする。フライパンをゆすり、あさりの口が開くまで火を通す。味を見て、足りないようなら塩を加える。

