

ハウジング光正の部屋 清水

こんにちは。今回から山中に変わって、社内の人間が持ちまわりで原稿を担当することになりましたのでよろしくお願いいたします。

先日、忘れ物市に行ってきたのですが、掘り出し物を求めてか、たくさんの人で賑わっていました。忘れ物は傘や時計などが多くて、他には文庫本やアクセサリ、デジカメやおもちゃなんかもあり見ているだけでも楽しかったです。

電車といえば、車内で寝こけている人というのは日本では珍しくもなんともない光景ですが、海外の方から見ると奇妙な光景なんだそうですよ。眠っている際に鞆や財布が取られてしまったりで安心して眠ってられないそうです。海外の画像サイトでは車内だけでなく路上や公園で寝ている日本人の写りが取り上げられていて「どこでも寝る日本人」と言われているとか何とか。働きすぎだという意見もあるみたいですが、それだけ治安が良いということなのかもしれませんね。まだまだ捨てたものじゃないです。

海外から見た日本というのをネットや書籍で調べてみると色々興味深いことがわかったりします。TVや新聞では報道されないようなことも出てきたりしますので時間がある方はぜひどうぞ。

家づくり相談室 Q&Aのコーナー

Q. 昼間、居間が暗くて困っています。

A. 立地条件や間取り、窓の位置などで部屋の明るさは決まってきます。その中でリフォームしやすいのは、窓ではないでしょうか。15年ほど前の木造住宅に多かった高さ180cmの「掃き出し窓」を、天井まで高さがある窓に変えると、部屋の奥まで光が入り見違えるほど明るくなります。窓全部を変えなくても、今ある窓の上部（欄間・らんま）に「欄間サッシ」を取り付けるといいでしょう。さらに、壁紙や床の色を白っぽいものにすると、光の反射で明るさが増します。

家づくり・なんでも相談窓口 Eメール mitsumasa@eos.ocn.ne.jp

The Way To Success Of Your Home!!

家づくりではじめの一歩を踏み出し完成させるまで、いろいろなことが起きます。つらいこと、楽しいことそしてとびきりのアイデア！

あなたの想いをこのノートに書き記して下さい。そうすればあなたの家づくりはきっと成功します！

このノートで大切なチェックポイントを確認、住まい作りを成功させるための強力なツールにしてください。

ワクワク系ハウジング光正株式会社

電話 (0749) 26-2666 電話 (0749) 63-3722

Fax (0749) 26-2667 Fax (0749) 63-7804

E-mail mitsumasa@eos.ocn.ne.jp

滋賀県彦根市大堀町運 965-11

滋賀県長浜市神照町 879-1

無料進呈



奥様のための お料理教室

近頃、スーパーでよく目にする空芯菜。熱帯アジアが原産地といわれ、中国やインド、タイ、フィリピンなどでは昔から好んで使われてきました。茎が空洞になっていることからこの名前が付いていますが、アサガオに似た薄紫色の花が咲くことから、アサガオナと呼ばれることもあります。

炒めてシャキッとした歯触りを楽しむのが一般的な食べ方ですが、クセがないの



でお浸しや汁の実にしてもおいしくいただけます。カルシウム、鉄、カロテン、ビタミンB、Cと栄養満点で、体調をすっきりと整える食材です。

スパイシーな味わい

「空芯菜と豚ひき肉のピリ辛炒め」

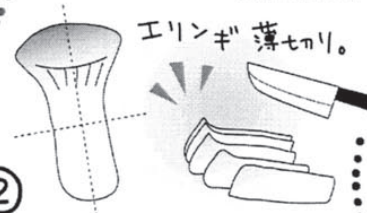
<材料> (2人分)

- 空芯菜: 200g
- 豚ひき肉: 120g
- エリンギ: 100g
- サラダ油: 大さじ1
- にんにく(みじん切り): 1片分
- 赤トウガラシ(小口切り): 少々

- 【A】
- しょうゆ: 大さじ1
 - みりん: 大さじ1
 - 塩: 少々
 - こしょう: 少々



① 空芯菜は5cmの長さに切り、茎と葉の部分に分けておく



② エリンギは縦・横半分に切り、薄切りにする



③ フライパンにサラダ油を熱し、にんにくを香りが立つまで炒めたら、赤トウガラシと豚ひき肉を加えてさらに炒める

④ 豚ひき肉に火が通ってポロポロになったらエリンギと空芯菜の茎を加えて炒め、さらに葉の部分も加えてサッと炒める。【A】で味付けしたら出来上がり

