

お陰さまで、地元の**6,000**世帯の方々に読み頂いています。ありがとうございます！

光正の部屋

こんにちは。
約半年ぶりのニュースレターになります。これから毎月更新致しますので、お付き合いの程よろしくお願ひします。

収穫の秋なわけですが、猛暑の影響でお米の品質は例年と比べて、あまりよくないようです。猛暑は野菜の値段にも影響していますね。家計を担う奥様方は苦労されていることと思います。ロシアが小麦を輸出制

限というニュースが夏頃に流れていましたが、小麦粉、小麦製品の値上げということもあるんでしょうか？ 関連企業の方の頑張りを期待するしかないですね。小麦の値段が上がると大豆・トウモロコシの価格も上がるそうなので（これは家畜の飼料が小麦から安価なトウモロコシ・大豆粕にシフトするからだとか）。もしそうならば醤油・味噌などが値上げという可能

性も？ 醤油・味噌などは消費期限も長いですし、備蓄を兼ねて買いためておくのもいいかもしれませんね。
とまれおいしい物を食べられることに感謝したいと思います。

家づくり相談室 Q&Aのコーナー

Q ワークインクロゼットを使いやすくする工夫を教えてください。

A ワークインクロゼットは、文字通り歩いて入れるくらいの広さがある収納スペースで、主婦の間で人気が高まっています。例えば、ドアを複数作り色々な部屋から出入りできるようにすると、使い勝手が良いでしょう。臭いがかもりやすいという経験者の声がありますので、換気窓をつけておくことと良さそうです。ただ、使わないものを次々と収納しているうちに、気付けばガラタの詰まった開かずの間になっているということも。作りつけの収納棚やボールを設置するなら、物が出し入れしやすいレイアウトをよく考えた上で、“とりあえずクロゼットへ”という癖をつけないようにしたいものです。

家づくり・なんでも相談窓口 Eメール

 mitsumasa@eos.ocn.ne.jp

TheWayToSuccessOfYourHome!

住宅成功ノート
非売品

家づくりではじめの一步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！
あなたの思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蓮 965-11

滋賀県長浜市神照町 879-1



無料送呈

奥様のための お料理教室

豚バラは脂が多いのであまり食べる気がしない人がいるかもしれませんが、脂に含まれているオレイン酸やリノール酸は、コレステロールを低下させる性質がありますし、骨や皮膚、眼の健康に欠かせないコラーゲンもたっぷり含んでいます。豚肉の風味はこの脂で決まるといっていいでしょう。また、牛脂にくらべて低い温度でも固まりにくく、なめらかな食感が特色です。

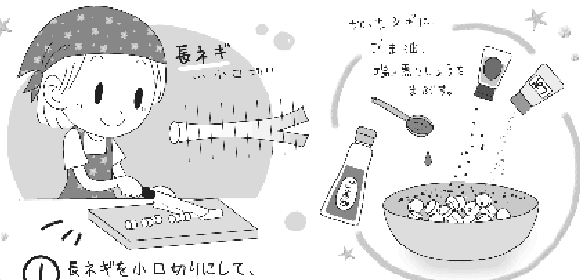
抗菌作用のあるアリシンを含むネギと一緒に食べると、体調を整えてくれます。手軽に作れる超かんたんメニューをご紹介します。



かんたん、おいしい♪

「豚バラのネギ塩のせ」

＜材料＞
(2人分)
豚バラ肉(かたまり): 200g
長ネギ: 1/2本
ごま油: 小さじ1
塩: 小さじ1/2
黒コショウ: 少々
青ネギ(小口切り): 少々



① 長ネギを小口切りにして、ごま油、塩、黒コショウをまぶしておく。



② 豚バラ肉を幅1cmに切り、熱したフライパンで油を熱かずに焼く。



③ 両面がカリッと焼けたら、皿に移す。

④ ①を③の上のせ、さらに青ネギの小口切りを散らしてできあがり♪

