

住まいのかわら版

vol.16

2017年05月号

<発行>

拡伸工務店

TEL.0480-85-6590

FAX.0480-85-6596

水を有効に取り入れて暮らしを豊かに♪

暮らしさに欠かせないからこそ、楽しみながら取り入れたいですね。そこで、ミネラルウォーターのミニ知識から水のちょっとしたアレンジまで紹介します。

みなさま、元気でお過ごしでしょ
うか？

みなさまに暮らしと住まいを快適
にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「水」です。

ミネラルウォーター 軟水と硬水の違いとは？

今では、生活のなかにミネラルウォーターを取り入れる時代になりましたね。（ミネラルウォーターには「軟水」と「硬水」があります。これは水に含まれるカルシウムとマグネシウムの含有量の違いで、1ℓあたり、120mg/ℓ未満が軟水、120mg/ℓ以上が硬水とされています。ちなみに、日本で飲まれている水道水はほとんどが軟水だそうです。軟水は、飲み口がまろやかで、和食全般に合い、ご飯を炊くのも軟水がおすすめ。野菜への水分の浸透が良いので、スープの具などになるとやわらかく仕上がります。硬水は、西洋の肉料理と相性抜



香りを楽しむ中国茶や紅茶
は硬水がおすすめ♪

群。カルシウムが血や肉の臭みを消したり、アクを出しやすくするので、洋風煮込み料理が美味しく仕上がります。また、パスタを硬水でゆでると、カルシウムと麺のでんぶんが結合して、麵にコシが出ます。

飲みものについては、緑茶は硬水だと香りが良く、旨みは抽出されにくくなり、軟水だと旨みが良く出て、香りは控えめになります。コーヒーも硬水だと苦みが強く、軟水だと豆によつて酸味やまろやかさが感じられるようですが、一度同じ品種で飲み比べてみるのも楽しいですね。



水の代わりに炭酸水を天ぷら粉に混ぜるとサクサクの仕上がりに

最近話題の炭酸水。炭酸水を飲むと、腸を刺激してぜん動運動をうながすので便秘解消にも効果的。朝食前や就寝前に飲むのがおすすめです。飲む以外には、たこ焼きやお好み焼きの生地に混ぜるとふわふわの仕上がりになります。ためしてみてはいかがでしょう？

水をヘルシー& 見た目も素敵にアレンジ

水をちょっとアレンジする楽しみ

方もあります。それが「ハーブ水」。水500mlに対し、ハーブ5g程度（好みで増減してください）を入れ、冷蔵庫で1~2時間置けば、でかあがりです。いちばんボビュラーなのがミントですが、ローズマリーもおすすめです。水の中にローズマリーの葉を入れるだけ。爽快な香りのローズマリー水のできあがり。朝飲むとシャキッとなります。ローズマリー水にレモンの輪切りを加えれば、さらにさわやかさがまします。

レモンバーム水の香りには気分を晴れやかにしてくれる効果があるのでも、疲れたときの気分転換にぴったりです。さらに、しそ（大葉）もおすすめ。単体でつくるより、みかんやレモンなど、柑橘系と合わせると、香り豊かで色も華やか。料理のお口直しにも良いですよ。



ハーブや果物を入れた氷は炭酸水に入れるとより華やかさが増します♪



頭の体操！間違いさがしへ

上下的イラストで違うところが5箇所あります。

さあ！チャレンジしてみてね！



NEWS & INFORMATION

イマドキトピックス

今話題のHOTなニュースをご紹介します！



布団圧縮袋の正しい使い方

かさばる布団を収納するのに重宝する布団圧縮袋。でも、いつの間にかふくらんでくることがありますか？そこで、布団圧縮袋を使うコツをご紹介します。まず、布団を圧縮袋に入れて閉める際、水分をかたく絞った布でファスナー部分を拭くこと。ファスナーが密着しやすくなり、ゴミなども取り除けるので、しっかり密閉できます。つぎに、圧縮袋の中に掃除機のノズルを入れるタイプは掃除機で空気を吸い込む際、ノズルをビニール袋に触れないようにして吸い込むこと。ビニールに触ると、ビニールを吸ってうまく空気が抜けません。バルブタイプは掃除機の吸い込み口をバルブにしっかりとつけてからスイッチをONにしましょう。空気を吸う際、上下のビニールがくっつくスペースをつくると、より密閉度が高まります。最後は通常の1/3程度の厚みにすること。圧縮しきった状態だと布団の繊維を傷めてしまう原因にもなり、袋も少しの衝撃で破れやすくなるのだそうです。



パーティーにおすすめのすしケーキ

パーティーになにか華やかな料理を！というとき、お寿司をデコレーションケーキのように丸くした「すしケーキ」はいかがですか？酢飯とお好みの具材でつくれるので手軽ですし、見た目も華やかです。酢飯をデコレーションケーキの型枠の1/3くらいまで敷きつめます。そこにキュウリやツナ、錦糸玉子などをすき間なく置きます。上から酢飯を敷きつめ、またお好みの具材をすき間なく置きます。さらに酢飯を敷きつめ、ラップなどで平らに押さえたらラップを取り、お皿にひっくり返して型から外します。最後は飾りつけ。サーモンやいくら、きぬさやなど、彩りを考えて具を配置すればできあがりです。切り分けると断面も楽しい見た目で、食べごたえも充分！具を乗せたり、酢飯をギュッと平らにしたり、簡単な作業なのでお子さまと一緒につくっても楽しいですね。



こんにちは

お施工様の笑顔が
私どもの一番の喜びです。
代表取締役社長
尾身昇

あなたの街の拡伸工務店です。

いつもお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。

今回お届けしました住まいのかわら版はいかがでしたでしょうか。日頃からお世話になっておりますお客様へ、お住まいと生活に役立つ情報を提供することができましたらと思い本紙をお届けいたしました。お住まいのこと、リフォームに関してのご相談などお役に立てることがございましたら、お気軽にご相談ください。これからもご愛顧のほど、よろしくお願いいたします。

間違い探し答え：①牛 ②木の枝 ③女の子の手 ④平均台の脚 ⑤水筒

ご相談・お問い合わせはこちままで



明るい住まいのパートナー
有限会社 拡伸工務店

<フリーダイヤル>

0120-411897(エイエイケイシ)

<営業時間>

9:00~18:00 (水曜定休)

便利・安全・安心!最新リフォーム商品情報

洗練されたデザインで機能性もバツグンの最新のリフォーム商品をいち早くご案内いたします。

リフレム リプラス カンタン窓リフォームで、**LIXIL** 暮らしステキに。

暑さや寒さでお困りの方が多い部屋の温度差は実は古い窓からの熱の出入りが大きく影響しています。「リフレム リプラス」はそんなお悩みを壁を壊さず、大がかりな工事を行わずに、1窓最短1時間の工事で、快適で健康な生活を手に入れることができます。窓リフォームの新商品です。複層ガラスと、アルミニウム框を組み合わせた高断熱フレームを取り付けることで、暑さや寒さといった室温の不満をはじめ、結露、古くて窓が開けづらい、すきま風などの不満を一気に解決する事ができます。しかも、窓の断熱性がアップする事で冷暖房費の節約にもなります。古い窓を短時間で新築のように美しく生まれ変わらせ快適な生活を手に入れてみませんか？

間口広々、すっきりとしたデザインで段差も安心

リフレム リプラスは、カバー工法と呼ばれる古いサッシをカバーして離す工法の中でも、業界最小のフレーム寸法を実現。採光性を損なわらず、室内外ともに新築のよななすつくりした仕上りです。また、段差の部屋(業界最小24mm)を実現することで庭やベランダへの出入口の完全性を配慮した窓リフォームを可能にしています。

セミオーダー工法専用取扱店ドライバーストアの販売。2016年1月販売開始。

高性能な窓で夏も冬も快適に

熱が出入りしやすい古い窓をリフォームすれば、夏も冬も快適な空気を保ちやすく、更に冷暖房などの光熱費を節約することができます。複層ガラスと、アルミニウム框を組み合わせた高断熱フレームを装備したリフレム リプラスで窓リフォームすれば、快適な暮らしと光熱費の節約を同時に手に入れることができます。

簡単施工!1窓あたり約1時間でリフォーム完了

リフレム リプラスは、一般的なカバー工法の課題であった施工工法的に改善しています。(戸内シャッター付を含む)窓に設置する事で、室内から施設が可能。1~3層などの手間のかかるシーリング作業が不要。などがあり、最短で1窓1時間で施工が完了します。

例えば、お隣さんが
お風呂場で入浴している間に
窓工事が完了する
いつどうじよん
あめこじだいげす!