

節分の豆まきの言葉は「福は内、鬼は外」が一般的ですが、「福は内、鬼も内」と唱える仏教寺院もあります。全国から追われてきた鬼を迎え入れ、お経の力で改心させるためだとか。また神奈川県千蔵寺の口上は、なんと「福は外、鬼は内」。堂内に鬼を呼び込んで説教をして、改心させてから社会復帰させるそうですよ。

なるほど! 家づくりのママ知識

今月のママ知識：【清潔さを保つトイレの床材チェック!】

トイレの床材選びではデザイン性だけでなく、耐水性やアンモニアに対する強さなど、機能についてもしっかりとチェックをしたいですね。例えばTOTOの「ハイドロセラ・フロアJ」は、光触媒を利用したハイドロ



テクトが菌の繁殖よりも早い抗菌速度で清潔さを保ちます。臭いの原因は、尿素と菌によって発生するアンモニアですが、ハイドロテクトはそのアンモニアの濃度を76%減少させる抗菌効果があります。また陶板（セラミック素材）のため汚れが染み込まず、日常のお手入れは水ぶきで十分。トイレ用洗剤にも強い素材です。パナソニックの「オーマイティR フローアA」は、水や汚れに強い表面仕上げを施した複合合板の床材です。ワックスをかけなくても美しさが長持ちし、床暖房にも対応しています。

LIXILの「サーモタイル」は、抗菌タイルなので清潔さを保つことはもちろん、寒い冬でもヒヤッとしにくい心地よい肌触りのタイルです。スリッパがまだ上手に使えない小さな子どもも快適に利用できる床材です。

ちょっと気になるチマタの話

3月1日は「デコポンの日」。昨今、多くの品種がフルーツ売り場をにぎわしている柑橘類ですが、なかでも頭部に突起のある個性的な外観が目を引く「デコポン」。1991年3月1日に初めて出荷されると2006年の15周年を機に、日本園芸農業協同組合連合会により記念日まで制定されました。清見タンゴールとポンカン（中野3号）を親にもつデコポンですが、実は品種名は「不知火（しらぬひ）」といいます。「デコポン」は登録商標で、しかも出荷荷姿や「糖度13度以上・クエン酸1.0%以下」など、厳しい基準を満たした物だけが名乗ることのできる、いわば「お墨付き」なのだそうです。全国統一糖酸品質基準を持つ果物は日本広しといえどデコポンだけだそうで、確実に甘く、酸味が強すぎることもない「ハズレのない」おいしさは、喜ばれる贈答品としても高い人気を誇っています。露地栽培されたデコポンは2～4月が最盛期。記念日にちなんで旬の味を楽しんでみませんか。

試してみたい お取り寄せ

【れんこん菓子 西湖（せいこ）】

中国・杭州にある蓮が美しい湖の名が付けられたお菓子です。れんこんの根から採れるでんぷんの蓮粉、和三盆で作ったみずみずしいおもち、つるりとした口あたりと上品な甘みがささの香りと一緒に楽しめます。贈り物に喜ばれる逸品です。



販売業者：株式会社紫野和久傳

サイト：<http://www.wakuden.jp/>

風邪などでのどが痛くて寒気がするときは、梅干しを2〜3個、弱火で焦げないようによく焼いてから湯飲みに入れ、熱いお茶を注いで飲んでみましょう。汗が出て熱を下げるため、早く治るそうです。ちなみに、咳や痰にはぎんなんがよいといわれています。

知って得する知恵袋



このコーナーでは、簡単につくれて体の
中からキレイになれる一品をご紹介します。

栄養が少なそうに見えるお麩ですが、実
はミネラルやたんぱく質の他、肌荒れを
防ぐアミノ酸の含有量も高いのです。この季節は乾燥に加え、スギ
花粉なども飛散しはじめますので、ぜひ食べておきたい食材です。



【フーチャンプルー】

【材料】 2人分

車麩	2個
豚ばら肉	100g
もやし	100g
玉ねぎ	1/4個(約50g)
にんじん	40g
塩	小さじ1/4
こしょう	少々
しょうゆ	小さじ1/2
オイスターソース	小さじ1/2
サラダ油	大さじ1

〔卵液の材料〕

卵	2個
塩	小さじ1/2
こしょう	少々

【つくり方】

1. 水で戻した車麩を絞り、塩とこしょうを入れて溶いた卵液に15分ほど漬ける
2. フライパンにサラダ油を入れて熱し、上記1の車麩を卵液ごと入るとフタをしながら中まで火を通して取り出す
3. 2cmに切った豚ばら肉とスライスしたにんじん、玉ねぎを入れて炒め、もやしも入れたら、塩、こしょう、しょうゆ、オイスターソースで味を付け、上記2の車麩を戻して合わせればできあがり

今月のあなたの運勢 鑑定: 妙慎			
A型	B型	O型	AB型
運気が低迷ぎみで悩みを抱えそうな月。しかし、焦ることなく落ち着いて対処すれば良い結果につながります。	物事が良い方向に動きはじめる運勢。これまで以上に周囲との和を大切に。何事も丁寧に取り組むとさらに吉!	積極的な姿勢がツキを招くチャンス月です。全力を投入して新しいことにどんどんチャレンジしてみましょう!	タイミングのつかみ方で吉凶が分かれる運勢。多忙でも周囲に対する気配りや感謝を忘れないよう心掛けて。

今月のコレが気になる:【ルルド ハンドケア】

パソコンを操作する、文字を書く、物をつかむ、食器を洗う。思っている以上に働かせている手をいたわってみませんか。「ルルド ハンドケア」は、見た目は愛らしいコロンとしたボディながら、グローブ型のエアバッグが指の一本一本を包み込んで入念にもみほぐしてくれます。音楽や動画を楽しみながらのリラックスタイムに最適です。



イチタメ!

take1の現場通信

～放課後等デイサービス
MANABI様完成～



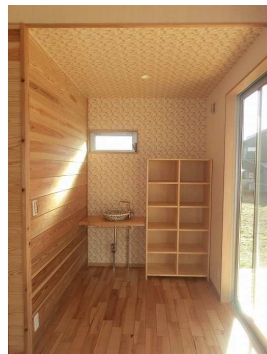
こんにちは take1 です。
11 月、12 月号でご紹介した MANABI 様が完成竣工しましたのでご紹介します。

～放課後等デイサービス MANABI 様完成御引き渡し～

祝竣工 2 月 4 日の大安吉日、「放課後等デイサービス MANABI」の学童支援施設を施工させて頂き、竣工お引き渡しをさせて頂きました(^-^)



木をふんだんに使った温かく広々としたとても明るい空間で、こちらへ来られるお子様たちが笑顔で楽しく過ごせることを想像します。(^-^)



地域の皆様、保護者、ご利用のお子様達に愛される施設として、益々のご繁栄をお祈り申し上げ、これからも末永いお付き合いを宜しくお願い致します m(_ _)m

放課後等デイサービス「MANABI」

美濃加茂市中富町 1 丁目字福平 2286 番 2
問合せ：株式会社プライドネットワーク
TEL:0574-60-3123

家で 愉しむ 英会話

今月のキーワード：【Bob】

2月1日に狂言師・野村萬斎主演の映画『七つの会議』が公開。原作はを書いた池井戸潤の小説です。そしてその主題歌は、ノーベル文学賞を受賞した歌手ボブ・ディランの「Make You Feel My Love」です。ところでボブ・ディランの「ボブ」という名前が「ロバート」の愛称だとご存知でしたか？「Robert」がなぜ「Bob」になるのか不思議ですが他にも彼には「Bert, Bertie, Bobbie, Bobby, Rab, Rabby, Robby」などたくさんのニックネームがあるそうですよ！

ふり〜と〜く 映画：ボヘミアン・ラプソディ



『ボヘミアン・ラプソディ』

<http://www.foxmovies-jp.com/bohemianrhapsody/>

解説：世界的人気ロックバンド「クイーン」のボーカルで、1991年に45歳の若さでこの世を去ったフレディ・マーキュリーを描いた伝記ドラマ。クイーンの現メンバーであるブライアン・メイとロジャー・テイラーが音楽総指揮を手がけ、劇中の楽曲には主にフレディ自身の歌声を使用。「ボヘミアン・ラプソディ」「ウィ・ウィル・ロック・ユー」といった名曲誕生の瞬間や、20世紀最大のチャリティコンサート「ライブ・エイド」での圧巻のパフォーマンスといった音楽史に残る伝説の数々を再現するとともに、華やかな活躍の裏にあった知られざるストーリーを描き出しています。



世界中で大ヒットしている作品「ボヘミアン・ラプソディ」を観賞しました。ギリギリのクイーン世代のtake1は20世紀最大のチャリティコンサート「ライブエイド」時代は17歳でした。

何故、クイーンが今日まで世界中で愛され、語られ続けるのかわかる作品です。何と言ってもこの作品の見どころは圧巻の再現力。主人公フレディ役を務めた俳優さんの単なる似ているモノマネではなく、乗り移ったかのような複雑な人間性とクセ、目線、仕草を演じています。個人的にはギターのブライアン・メイの完成度も凄いと思った(^_^)。登場人物もそうですが、それ以上に誰しも心を揺さぶられてしまう圧巻のラスト「ライブ・エイド」での演奏シーンは、リアルに近い凄いの一言です。また、今のクイーンを知らない人にも観てもらいたい作品です。はい、勿論リピート観賞してます(^_^)



日々のつぶやき。

日比野のつぶやき



こんにちば日比野です。やっとこの日が来ました！2月上旬待ちに待った私の趣味、溪流釣りの解禁に行ってきました。行きつけの河川は嫁の実家がある根尾川水系です。ありがたい事に実家が近くにあると前日入りができて近くの温泉に入りゆっくり体を休めて帰って帰ることができます。今頃の川は、水温が低く体が冷え切ります。ですが野生動物の鳴き声と川のせせらぎしか聞こえない中での贅沢な一人時間を満喫してきました。釣果は『まあまあ』ってところです。(^_^)厳しい冬を越えたスマートなアマゴを家族分だけおいしく頂きました。楽しかったです。



主婦川柳 @

奥様の細道

ジム入会
会費
払えば
ほぼ満足
（痩せた気分で
終わったわ）