

引っ越しシーズンにありがちなのは郵便物の誤配達。宛先違いの場合、付せんなどに「この人はここに住んでいません」と書いて郵便物の表面に貼り、近くのポストに投函しましょう。他人の郵便物を勝手に開封したり捨ててしまうことは違法だそうです。手間はかかりますが「お互いさま」の精神でいきたいものですね。

なるほど！家づくりのマメ知識

今月のマメ知識：【どちらが安い？食器洗い機 VS 手洗い】

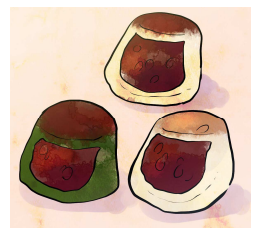
食器洗い機にはビルトイン型と卓上型があります。ビルトイン型はキッチン本体に組み込むので、作業スペースが狭くなるということはありません。また運転中の音についても、卓上型に比べて静かだという使用者の声があります。一方、卓上型は作業台に置くと作業スペースは狭くなりますが、故障の時などには比較的手間がかかりません。ある調査で食器洗い機を所有する人の使用状況を調べたところ、毎日のように使っている人が8割で、ほとんど使っていない人が2割でした。毎日のように使っている人からは「手荒れがなくなった」「食器をためることがなくなった」、ほとんど使っていない人からは「家族が少ないのでもったいない」「下洗いの時に結局そのまま洗ってしまう」といった声があります。気になるランニングコストですが、あるメーカーによる試算では、食器40点と箸・スプーン・フォーク各5点を食器洗い機を使用しないで手洗いした場合が約50円、食器洗い機を使用した場合が約19円となっています。



試してみたい お取り寄せ

【SIZUYAPAN（あんぱん）】

老舗パン屋の人気あんぱんです。京都らしい抹茶あんなどの他にシナモンやゆずを使ったあんなど種類が豊富です。つぶあんのやさしい甘さや素材の香り、味の濃厚さについつい手が伸びます。パッケージもおしゃれで手土産に最適です。



販売業者：株式会社志津屋

サイト：<http://www.sizuyapan.kyoto.jp/>

ちょっと気になるチマタの話

5月9日は「5（コ）9（ク）」の語呂合わせから「黒板の日」です。チョークの粉で手指や衣服が汚れるため、ホワイトボードや電子黒板に取って代わられるのでは？といわれた時期もありましたが、昨今ではカフェ看板などで黒板をキャンバスにしたチョークアートが大人気！2015年から毎年「黒板アート甲子園」も開催されています。記念日を制定した全国黒板工業連盟によれば、黒板が活用されるようになったきっかけはフランス革命にまでさかのぼります。1794年、革命政府がパリに開いた学校で、旧体制下で公表が禁じられていた画法幾何学を教えるため、口頭では伝えにくい点を黒板で説明したのが始まりだとか。いまや教室を飛び出しておしゃれアイテムともなった黒板。2019年「黒板アート甲子園」の審査結果は5月15日に発表されます。芸術の都へ思いをはせながら、全国の高校生たちによる熱い「黒板アート」を楽しんでみてはいかがでしょうか。

知って得する知恵袋

口内炎ができたときは、お酢を口に含んで患部を意識しながらうがいをする、お酢の殺菌作用で早く治ります。お酢の酸味が苦手な場合は、水で少し薄めるといいでしょう。のどが腫れて痛いときも、お酢の殺菌効果で腫れと痛みが早く鎮静化します。



安井 レイコの 家族だんらん 健康レシピ

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 します。

新学期や新生活のスタートなど、何かと ストレスの多いこの時期は腸内の細菌も 乱れがちです。そんなときはヨーグルトで作った漬物を食べましょ う。ぬか漬けとはまた違って爽やかな風味の漬物が味わえますよ。



【ヨーグルト漬物】

【材料】 2 人分

ヨーグルト	約 200 g
きゅうり	1 本
にんじん	40 g
塩	20～24 g

※塩の分量はヨーグルトの重 さの 10～12%が目安です が、漬ける時間が短いとき は多め、長いときは少なめ にしてください

※野菜は好みで長芋、キャベ ツなど、生で食べられるも のをいろいろ試してみまし ょう

【つくり方】

1. ヨーグルトに塩を入れてよく 混ぜる
2. 上記 1 に洗ったきゅうりやに んじんなどの野菜を漬け込 み、1 時間以上冷蔵庫で寝か せたらできあがり

※ヨーグルトは洗い流すのでは なく、ぬぐうだけでOKです

今月のあなたの運勢 鑑定：妙慎

A型	B型	O型	AB型
気分がスッキリしない からと無理をするのは NG。今は自然の流れ に身を任せて気力が回 復するのを待つとき。	忍耐力を試される月。 不満が募っても愚痴を こぼさずやり過ごす と吉。粘り強い心でいれ ばさらに吉運アップ！	別れを経験したら新し い人との出会いが生ま れる離合集散運です。 前向きさと明るい心で 未来を見つめ前進を！	月の前半は不調でも後 半から絶好の流れに乗 れる運勢です。大切な ことは月の後半に取り 組むと良いでしょう。

今月のコレが気になる：【テーブルグリルピュア】

数々のデザイン賞を受賞した、純白のプレートと竹素材を曲線で組み 合わせた美しいフォルムが特長のホットプレートです。遠赤外線でじ っくり焼いて肉や野菜の素材本来のおいしさを引き出します。オイル フリーでも焦げつくことなく調理でき、片付けはキッチンペーパーで 拭くだけです。使わないときはキッチンのオブジェにもなりますよ。



イチ タメ!

take1の現場通信 ~デイサービスM様改装工事~



こんにちは take1 です。
 デイサービス施設 M 様の改装工事が完成したのでご紹介したいと思います。

~デイサービス施設 M 改装工事~



工事前

機能訓練室の床を組換え安全の為にマキストープを撤去し床暖房を導入しました。足元からポカポカです。床の色もカラフルなフロアタイルで仕上げました。



壁面にベンチを製作してフタが開いて収納スペースを確保しました。

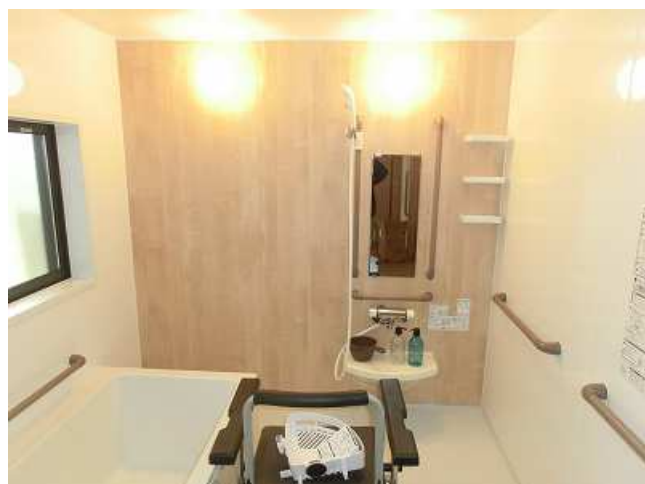


工事前

続いて浴室



工事前



介護専用のパナソニック製アクアハートというシステムバスを設置し清潔で明るい浴室に生まれ変わりました(^_^)v。スタッフさんも3方向にスペースがあり大変介護しやすいと評判です。

家で 愉しむ 英会話

今月のキーワード：【snooze】

「春眠暁を覚えず」といいますが、この時季はなかなか布団から出ることができませんね。目覚まし時計のスヌーズ機能を使っている方も多いと思いますが“snooze”は「居眠り」「うたた寝」という意味です。“You snooze, you lose.”（ユースヌーズ、ユールーズ）をそのまま訳すと「居眠りしていると負ける」ですが「ボンヤリしていて機会を逃す」「早い者勝ち」などの意味もあります。ちなみに「春眠暁を覚えず」は“In spring one sleeps a sleep that knows no dawn.”とい

ふり〜と〜く 新元号「令和」に思う。

岐阜新聞 号外 2019年4月1日(月)

新元号「令和」



日本の元号に使われた漢字と回数

10 回 以上	永 29 16	元 27 15	天 27 15	治 21 15	応 20 14	正 19 13	長 19 12	文 19 12	和 17 10	安 17 10	延 16
9 〜 2 回	久 9 4	建 9 3	慶 9 3	享 8 3	弘 8 3	貞 8 3	明 7 3	禄 7 3	大 6 2	龜 5 2	壽 4

4月1日、大化から数えて248番目の新元号「令和」が発表されました。「和」という文字が使われているためか、「昭和」生まれの人には、若干なじみやすいと感じている人もいるのではないのでしょうか。

take1 は今回の新元号はかなり気になっていました。というのは、名前の「永」が過去の元号の漢字で29回と一番使われていた文字なので、一文字入ったらいいな〜？なんていうプチ期待で発表を見守りました。残念。。。(^_~)

元号というのは当然ですが日本独自のものですが、どうも最近は西暦のほうがピンとくるようになってきた気がするという事もよく聞きます。巷では「日本独自」のものとして、大切にすべきだという意見と、元号はあくまでしきたり的なものとして、実生活は西暦に統一したほうが何かと都合がいいという意見を聞きますが、個人的に take1 は元号推奨です。(^_~)v

でも結構節目の年では、皆さんよくいまだに「明治〇〇〇年」「昭和〇〇年」とか言ってますし、6年後の2025年は昭和100年、なんていう事も報じられるかもしれません。そう思うと元号は日本人の中に溶け込んでいると思いますね。ともあれ、5月1日からは令和元年、生活そのものは何が変わるわけでもありませんが、なんとなく気分も新たに何かを始めてみるきっかけにはしやすいと思います。あと一ヶ月弱、平成最後の〇〇ラッシュが続きますが、その先の新しい目標も考えたいと思います。(＃^_^＃)

TAKE1HOME は ぎふっこカードの加盟店です！

◎新築、増改築リフォームのご契約時に、
ぎふっこカードを提示されますと、記念
品を進呈致します♪

子育て家庭を応援していま〜す！！

※打ち合わせ時に、保育士免許
有資格者が託児をする事もで
きますのでご相談ください。



シェア
しても
結局
食べる
二人前
（今日も元気だ、
ご飯がウマイ！）