2020
11

家づくりワンダフル!

今月のスポットライト

●11月17日は「将棋の日」
●子どもには薄着をさせるべき？
●おいしい日本茶の入れ方
●タオルの適量と変え時って？
●“ウェルカムグリーン”で福を呼び込もう！
●長持ちさせたい木製家具のメンテナンス方法
●ドライヤー時間を縮めて電気代を節約！
●ボージョレ・ヌーボーに合う♪　チキンとキノコのハーブ酒蒸し

年賀状、どうしてますか？

こんにちは。フィックスホームの厨子浩二です。

朝夕の冷え込みに秋の深まりを感じる季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

例年、11月になると年賀はがきが発売され、いよいよ年末に入ったなという気持ちになります。

子どもの頃は、手書きが当たり前だった年賀状。時代の流れとともに、熱転写のプリント機器での大量生産から、今ではデジタルカメラやスマホの普及で写真入りの年賀状を手軽に編集して作れるようになりました。大切なご家族やペットと一緒の写真や旅行先でのスナップショットなど、いただく年賀状にも写真入りのものが多くなりました。そればかりか、パソコンでデザインした年賀状データをオンラインで印刷注文し、相手先に届けるというスタイルも広まり、年賀はがきを１度も手にすることなく送れる時代になりました。

一方、ＳＮＳなど年賀状でなくても近況を報告できるツールが増えたことや、断捨離や終活を意識して、年賀状を出さないという人も増えているそうですね。新年を一緒にお祝いする、気持ちも新たに１年を過ごすといった「けじめ」の役割は薄れてきたようです。新年の風物詩がなくなるのは寂しい気もしますが、日頃からやりとりをしている間柄なので、忙しい年末にはがきを用意して改めて伝えることもないという気持ちもよく分かります。

以前、ある方からいただいた年賀状には、ご自宅を新築された年に玄関の前で撮った家族写真が使われていました。その数年後、当時の写真をパネルにして抱え、同じ位置で撮った家族写真の年賀状が届きました。家と一緒に過ごされてきた年月を感じる心温まる年賀状で、とても印象に残っています。

皆さまは、令和３年の年賀状をどのようになさいますか？

それでは、厨子でした。

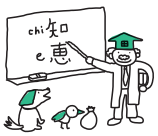
奥様お役立ちサイト　「てぬキッチン」

https://www.tenukitchen.com

家づくりアドバイザーの川尻です。
材料わずか８８円！　など、驚きの節約レシピも登場するので、お給料日前のピンチなときにもぜひ。スイーツレシピ本「魔法のてぬきおやつ」も要チェックです。

「てぬキッチン」とはその名の通り、手抜き料理や手抜きスイーツを考案している自称「てぬき料理研究家」てぬキッチンさんのサイトです。「できるだけ手を抜いて簡単に時短でコスパ良く！　面倒なことは大嫌いだけど最高においしいものを食べたい」をコンセプトに考案されたレシピの数々は、身近にある少ない材料で作れる上に、手順も少なくとっても簡単！　しかもおいしいと良いこと尽くし。調理に使用する器具も、ミキサーやオーブンなどを使わず、炊飯器やオーブントースターなど、とっても身近なもので作れるレシピが多いため、毎日忙しいママ＆パパから絶大な人気を集めています。

こちらのサイトにはほぼ毎日「焼いてのせるだけのおつまみ」や「炊飯器で作る究極のずぼらプリン」など、気になるレシピが追加されているので、晩御飯のメニューやおやつ作りで悩んだときにアイデアをもらえること間違いなし。テキストと写真で紹介しているレシピを、さらに動画で紹介しているメニューもあるので、分かりやすいのもうれしいポイントです。ぜひ、毎日の献立やおやつ作りに役立ててみてはいかがでしょうか。



家族の幸せ知恵袋　タオルの適量と替え時って？

**人からいただく機会も多く、ついつい増えてしまいがちなタオル。
気付けば収納場所に収まり切らない…そんなご家庭も多いのではないでしょうか。
家に置いておくタオルの適量と、交換のタイミングについてのアイデアをご紹介します。**

バスタオルは1人1枚＋予備1枚でOK

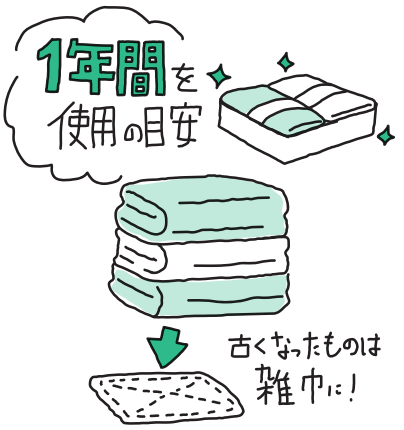
まず一番場所を取るバスタオルの適量ですが、こちらは毎日洗濯すると考えて、1人当たり1枚と予備が1枚、合計2枚で十分。もし雨で乾かない場合には、フェイスタオル2枚で代用しましょう。また、家庭単位のタオルの適量は、バスタオル、フェイスタオルも併せて、ご家庭の収納スペースに収まる量を目安に。その際、収納スペースが満杯になってしまう量ではなく、1～2枚増えた場合にも受け入れられる、ゆとりを作っておくことがポイントです。

収納スペースの量を超えたときは見直しを

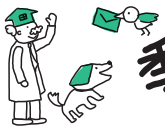
もし人にいただいたり、お中元などで収納スペースを超えるタオルが集まってしまった場合は、持っているタオルを見直す良い機会。古くなったものは雑巾にして、タオルを入れ替えましょう。古くなったタオルがなければ、新品のタオルをストックしておく場所を新たに用意して。普段使うタオルとはきちんと分けておきましょう。数が多ければ人に譲ったり、リサイクル店やバザーに持っていくのもいいでしょう。

肌触りや吸水性、臭いを交換の目安に

古くなったタオルの交換時については、汚れやシミはもちろんですが、肌触りや吸水性を目安にするのがおすすめです。肌当たりがゴワゴワして不快に感じたり、吸水性が落ちていると感じるようであれば、交換するタイミングです。



また、洗っても臭いが気になったり、白いタオルが薄いピンク色になっていたら、細菌が増えている合図かも……。漂白して雑菌を取り除いてみて、それでも気になるようなら交換しましょう。「1年間」を使用の目安と決めておいて、年末の大掃除のタイミングなど、決まった時期に全部取り替えてしまうのも、覚えておきやすいのでおすすめですよ。



季節のおたより

１１月１７日は「将棋の日」

今年は史上最年少プロ将棋棋士・藤井聡太八段の「棋聖」タイトルをかけた挑戦があり、注目を集めた将棋。実は１１月１７日は「将棋の日」とされています。これは日本将棋連盟が1975年に制定したもので、その由来は、江戸時代から行われていた「御城将棋（おしろしょうぎ）」にあるのだとか。「御城将棋」とは、江戸城の将軍の御前で年に１度行われた、将棋の家元3家での対局のこと。古くから迫真の戦いが繰り広げられていたようですが、八代将軍吉宗の時代から11月17日に開催することが定められたそうです。

１９７５年１１月１７日の第１回「将棋の日」には、東京都台東区の「蔵前国技館」のなんと土俵上で、名棋士同士の対戦などの記念イベントが行われ、約８０００人ものファンを集めたのだとか。このイベントが成功を収めたことにより、「将棋の日」記念イベントは制定から４０年以上たった現在も、全国で持ち回りで開催されています。近隣で開催される年もあるので、気になる方はチェックしてみては。トップ棋士による公開対局、棋士とふれあえる交流レセプションを始め、子ども将棋大会なども行われる楽しい催しです。「将棋の日」をご家族で将棋に親しむ機会にしてみるのもいいかも知れません。

子育て質問コーナー　子どもには薄着をさせるべき？

家づくりアシスタント＆保育士の小杉です。年子の息子がそろそろ成人のちょいベテランマザー。子育ての悩みなら任せておいて！

Q　息子はとても寒がりなので、厚着をしていますが、夫は「もう少し薄着にしたら？」と言います。薄着の方がからだには良いのでしょうか？

A　昔から「薄着している子はからだが強くなる」「薄着をすれば風邪をひきにくくなる」なんていわれてますよね。現代の医療では、からだを寒さにさらす練習をすることが、寒さを感じる自律神経の反応を変化させることは分かっているようです。だけど、それが明らかに健康に有益とか、風邪をひきにくくなることを裏付ける研究結果はまだないそう。そもそも、人が感じる寒さ暑さが個々に違う理由は、体の表面の温度が上がりやすいか、下がりやすいかという体質によるものが大きいらしいです。そしてそれは、同じ国、地域に住んでいたとしても、人によって違います。だから「今日はそれほど寒くない」とお母さんやお父さんが思っても、子どもの声によ～く耳を傾けてあげて。本人が「寒い」と言うなら、上着を1枚持たせてあげるとか、自分で調節できるようにしてあげるといいのでは？　反対に他人より暑いというなら、1枚脱がせるか、それが心配ならやっぱり調節できる上着や着替えを用意してあげるとかね。周りの服装や意見よりも、子ども本人が感じる温度を普段からよく観察して、声を聞いてあげることが大切なのではないでしょうか。

お台所のひと工夫

おいしい日本茶の入れ方

急須に入れたら１分、茶葉が開くのを待って

肌寒い季節になると恋しくなる日本茶。そこで、基本ながら意外と知らないおいしいお茶の入れ方をご紹介します。手順は、まず、完全に沸騰させてから７０～８０℃に冷ましたお湯を人数分の湯のみにつぎ、急須に1人当たり約２ｇほどの茶葉を入れます。この時、使用する水はできれば浄水器を通した水か、水道水であればひと晩くみ置きをして、その上澄みを使いましょう。次に、湯のみのお湯をゆっくりと急須に注いで、約１分ほどお茶の葉が開くのを待ちます。開いたら、お好みの濃さになっているかを目で確認し、急須を３～５回まわしてから、各湯飲みについでいきましょう。

入れたお茶は、急須に残らないよう注ぎ切る

つぎ方にも注意点があります、お茶は、つぎ始めは薄く、だんだん濃くなっていくので、各湯飲みに少しずつついで濃さを均等に。また、お茶は急須に残らないよう、最後の一滴まで注ぎ切るようにすると、二煎、三煎目もおいしく入れることができます。封を開けたお茶の葉は、茶缶など密封容器に入れて、冷暗所に保管を。未開封のお茶は、袋のままで冷蔵庫に入れるか、長期保存なら冷凍庫に入れましょう。いずれにしても、良いお茶ほど味の劣化が早いので、なるべく早めの使用がおすすめです。

初めての楽しいガーデニング　”ウェルカムグリーン”で福を呼び込もう！

パキラで財力と仕事＆勉強運をアップ！

緑をお家に置くと、なんとなく空気が良くなる気がしませんか？　中でも玄関の緑は、風水的にも運気アップにつながるといわれています。そこで今回は「玄関に置くと良い運気を運んでくれる」といわれる観葉植物をご紹介します。まず、日当たりの良い玄関に置くなら、パキラがイチオシです。古くから財をもたらす植物といわれており、その効果は、仕事運や勉強運の上昇にもつながるそう。さらに「対人運をアップしたい」という方には、サンスベリアがおすすめ。「勇気をもたらす植物」とされており、自信をつけたいときや、新しい環境に飛び込むときに味方してくれます。

希望と幸運のシンボル、モンステラ

もし玄関が日陰の場合は、アイビーが良いでしょう。アイビーは、ヨーロッパでは「繁栄と魔除け」の植物として人気が高く、裕福の象徴でもあります。しかも、丈夫で育てやすい植物です。一方「人間関係をスムーズにしたい」と思われている方には、ぜひモンステラを。丸みを帯びた葉が「人間関係を円滑にする」といわれていて、ハワイでは希望や幸運のシンボル。大きな葉が、心に癒しを届けてくれますよ。マンションなら、小さくまとまり育てやすいヒメモンステラがおすすめです。

工務担当　稲田のお家のメンテナンス講座

フィックスホームの工務担当　稲田がお家をきれいに長持ちさせるコツをアドバイスします。

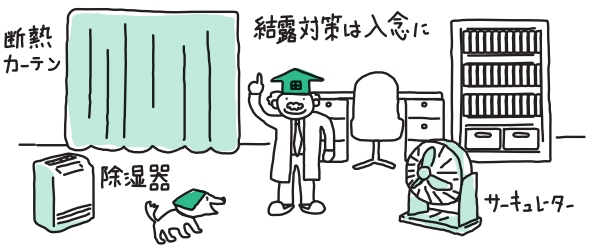
長持ちさせたい木製家具のメンテナンス方法

塗装によってお手入れ方法も異なる

部屋に温かみをもたらしてくれる木製家具。でもお手入れが難しいと思われている方も多いのでは？　そこで、ご家庭で手軽にできる、お手入れ方法をご紹介します。まず UV 塗装・ウレタン塗装がなされている家具は、空拭きでお掃除を。薬剤がついている雑巾などを使うと、塗装が剥がれたり、変色してしまう恐れがあります。一方オイルや蜜蝋などで自然塗装されている家具は、傷や汚れが付きやすいので、上からオイル塗装を行うのがおすすめ。年３回程度、オイル塗装を行っておきましょう。また乾燥予防のため、木の断面にも定期的にオイルを染み込ませておいてください。

カビの原因となる湿気や結露対策は入念に

木製家具の大敵である湿気やカビの対策としては、部屋の換気をよくしたり、除湿器を使って、湿度が上がり過ぎないように気をつけて。サーキュレーターで室内の空気を循環させるのもおすすめです。また、窓が結露すると、近くにある家具も影響を受けやすいため、窓のそばには木製家具を置かないこと。どうしても窓のそばに置きたい場合は、二重窓にしたり、分厚い断熱カーテンを取り付けたりして、結露を防ぎましょう。もし水滴が付いたり、水をこぼした場合もすぐに拭き取りましょう。



ちょっと得する エコな節約術

ドライヤー時間を縮めて 電気代を節約！

乾かす場所は髪の多い後頭部から

寒い季節になると、お風呂上がりにしっかり髪を乾かしておかないと、風邪をひいてしまいそうですよね。でもドライヤー時間が長くなると、電気代にも響きそう……。そんなときにおすすめなのが、こちらのドライヤー時短術です。まずは、タオルドライの段階で、やさしく髪と頭皮を揉むようにして、できるだけ水分を取っていきましょう。そして、乾かし始める時は、まず髪の多い後頭部から行うのが時間短縮のコツ。少し下を向いて髪を前に持っていくように乾かせば、仕上がりもきれいになります。

髪の根元、頭皮に垂直に風を当てる

続いてのポイントは、髪の根元から乾かすということ。ただしこの時、頭皮とドライヤーの距離が近過ぎるとダメージを与えてしまうので、10～20cm程度離して、片手を頭皮に当て、手に温風を当てるように乾かすのがポイント。さらにドライヤーの角度を斜めにすると風が分散してしまうので、ドライヤーの風を頭の丸みに沿わせ、なるべく頭皮に垂直に当てることを心がけましょう。さらに、髪の長い人はこれだけでは毛先まで乾かないので、根元を意識しながら満遍なく風を当てていきましょう。

子育てパパの お悩み相談

ママと娘に仲良く過ごしてもらうには？

Q 妻が小学４年生の娘に毎日怒ってばかりなのが気になります。途中で口を挟んでいいものか……と制止できずにいるのですが、怒らないようにする方法はありますか？

A 娘さんが怒られてばかりいるのを見るのはつらいですよね。僕がおすすめなのは、まずお父さんから見て「そこまで怒らなくても……」と感じる際には、子どもにフォローを入れてあげる方法です。それも奥様が怒っている最中ではなく、娘さんと２人きりの時に。「お母さんはなぜあんなに怒ったのか」をしっかり解説してあげれば、娘さんが同じことで怒られるリスクは減らしていけると思います。あとは、叱る役割を夫婦で分担するのも一つの手ではないでしょうか。「朝の用意についてはママ」「約束を破ったときにはパパ」など、ある程度夫婦間で決めておけば、奥様にも少し余裕が生まれますし、お父さんが叱るときには怒るのではなく、優しく諭してあげられますよね。最後にもう一つ、必ずやってほしいのが、しょっちゅう怒る奥様のストレスを軽減してあげることです。イライラの原因はお子様だけでなく、夫婦関係や親戚との付き合い、仕事などにもあるのではないでしょうか。娘さんが寝た後によく話を聞いてあげたり、奥様が1人で息抜きする時間を作ってあげて、ストレスを減らしてあげるよう意識することも大切だと思いますよ。

家づくりアドバイザーの楢崎です。
私自身3人の子どもを育ててきた父親。
これまでの経験をもとに先輩パパとして
アドバイスします！

✧ことばのちから✧

本当は、自分はなにをしたいのだろう？
と、人生の目標を見失ってしまったとき。
そんなときは、直感に従ってみましょう。
たいていの人は本当はなにがしたいのか、
心の奥底では分かっているもの。
直感に耳を傾けることこそが、
人生の目標を見つける道標になるのです。

子育て真っ最中の奥様に…

超簡単お料理レシピ

食べ盛りの子どもを持つ奥様に簡単にできて、おいしいお料理をご紹介します。

ボージョレ・ヌーボーに合う♪チキンとキノコのハーブ酒蒸し

今年もボージョレ・ヌーボー解禁の時期がやってきました。優雅なひとときが過ごせるよう、今回はハーブが香るおしゃれなおつまみをお届けします。

レシピ

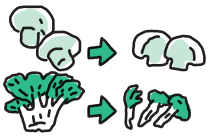
材料　２人分

- 鶏もも肉　１枚
- タマネギ　１／２個
- まいたけ　１／２パック
- マッシュルーム　１／２パック
- 塩　適量
- 黒こしょう（粗挽き）　適量
- オリーブ油　適量
- にんにく　ひとかけ
- 酒　大さじ２
- ローズマリー・タイム　各２枝

①

鶏肉は一口大に、タマネギは薄切りに、にんにくはみじん切りにします。

②

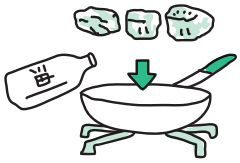


まいたけ、マッシュルームは石づきを取り、食べやすい大きさにカットします。

③

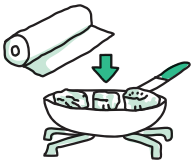
鶏肉の両面に、塩・黒こしょうをしっかり振ります。

④



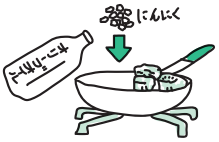
少量の油（分量外）を引いたフライパンで皮目をこんがり焼きます。

⑤



鶏肉から脂が出てきたらキッチンペーパーで拭き取ります。

⑥



鶏肉をフライパンの片側に寄せ、空いた部分にオリーブ油とにんにくを入れます。

⑦

にんにくが色づいたら、タマネギ、まいたけ、マッシュルーム、ローズマリー、タイムを加えます。

⑧

塩・黒こしょうを振ってひと混ぜし、蓋をして１０分程蒸し煮にします。

⑨

器に盛り付けて完成です。

完成

一口メモ

ボージョレ・ヌーボーは、その年に収穫されたフレッシュなブドウで作る赤ワイン。味わいも、通常の赤ワインと比べて渋みが少なく軽やかです。合わせるおつまみも、重厚なものより、軽めのものがおすすめ。お肉でしたら、今回のように鶏肉が主役の一品がよく合います。お好みで、さっぱりとしたクリームチーズを添えて、お楽しみください。

ワンダフルカレンダー

11月

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1
2	3 文化の日	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 勤労感謝の日	24	25	26	27	28 見学会	29
30						

12月

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11 見学会	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24 クリスマス・イヴ	25 クリスマス	26	27
28 年末年始休業	29	30	31 大晦日			

※予定は変更になる場合がございます

編集後記

１１月も半ばになると、あちこちでライトアップが始まりますよね。きれいだな……と思う反面「今年ももうすぐ終わり！？」と焦る気持ちが毎年やってきます（笑）。
１２月になると、いつも以上に慌ただしい日が増えますが、焦らず気を抜かず、悔いのない１日を過ごしていこうと思います。（小杉）

ワクワク系 安くていい家をつくる会

株式会社 フィックスホーム

住所　：〒520-3026　滋賀県栗東市下鈎1191番地1
TEL　：077-551-5033
Email：info@fixhome.jp

ホームページはコチラから！
http://www.fixhome.jp/
フィックスホーム　検索

携帯電話はコチラから！