

# 野瀬建築 便い

## 美味しいパンのある幸せ

まだまだ暑い日が続きますが、暦の上ではもう秋です。皆さんは秋と言えば何の秋ですか？今年、私は「食欲の秋」です！

ご家庭でパンを作られる方、増えていますよね。ホームベーカリーもどんどん進化して、お家でもお店で買うような美味しいパンが簡単に作れるようになりました。パンの醍醐味はなんといっても焼き立ての香りと食感！焼き立てのパンがあれば、あとは珈琲や紅茶などお好きな飲み物。それだけで贅沢な朝ご飯。熱々のパンをひと口、香りと食感を鼻と口で存分に味わうあのひとは、お家でパンを焼かないと味わえない、幸せな時間かも知れません。

お家で手作りパンを楽しみませんか？主な材料は、強力粉、イースト、バター、砂糖や塩、卵、そして水など。パンの種類によっては、薄力粉や全粒粉を使ったり、牛乳やドライフルーツ、ナッツなどを混ぜたりもします。そして最近人気なのが米粉を使ったもの。小麦粉のものよりももちもちした食感で、小麦アレルギーの方にも食べていただけるパンになります。

ホームベーカリーを使わない手捏ねの場合、主な手順は次のようになります。

- ①生地を捏ねる
- ②捏ねた生地を丸めて発酵させる
- ③発酵したガスを抜き、焼く数に分割する
- ④分けた生地を丸め、一旦お休みさせる
- ⑤形を整え（成形）、もう一度発酵させる
- ⑥オーブンで焼いたら完成！

ホームベーカリーを使う場合、食パンなら全ての手順を、それ以外の種類のパンでも①と②を機械がやってくれるので、作業はずいぶん楽になります。でも、捏ねる作業も慣れると楽しいもの。自分の手で捏ねた生地は、まるでわが子のように。発酵させたり丸めたりしているうちに、どんどん愛着がわいてくるのです。焼き上がった時の、立派に成長したわが子と会うようななんとも言えない感動は、手捏ねでしか味わえないかもしれません。どちらにしても、成形して焼く楽しさは手作りならではの、一度作るとヤミツキになること間違いなしですよ。

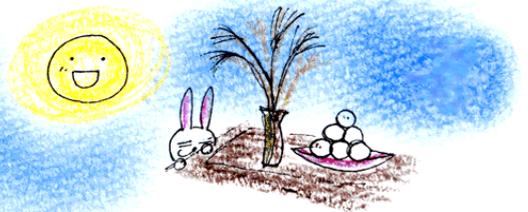
食卓を囲む家族の顔を自然と笑顔にさせる、そんな手作りパン。お子さんが少し大きくなったら、是非一緒に作ってみませんか。食べ物の大切さ、そして作る楽しさを教える、よい機会になりますよ。

### 2012. September

二十四節気 太陰暦を使用している頃の季節暦

- 白露・しづく (9月7日)  
秋の気配にも感じられる頃。。。  
でもまだまだ 暑いですね...

- 秋分・しゅうぶん (9月22日)  
昼と夜の長さが同じ。



### 今月の旬

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 干し椎茸 (8~11月)  | みょうが (7~11月) |
| くり (9~10月)    | ぶどう (9月)     |
| さつまいも (9~11月) | しめじ (9~11月)  |
| さけ (9~11月)    | さんま (9~11月)  |



## オリーブオイル美容(ケア編)

添加物無配合の優れたピュアオイルは、赤ちゃんにも使えるほど安心な商品です。お手入れには食用よりも、美容用を使用することをおすすめします。

### 【お顔のお手入れ】

#### ●クレンジング

オイルが毛穴の中まで入り込み、汚れを溶かし出します。目元や口元などのポイントメイク落としや、お顔全体に馴染ませてメイク全体を落とします。クレンジング後はホットタオルで優しく拭き取ってから、洗顔料で洗うと良いでしょう。

#### ●パック、マッサージ

オイルの膜がお肌への負担を少なくするので、マッサージに使用出来ます。ホットタオルで温めると、オイルパックにもなります。

#### ●クリームとして

スキンケアの後、保湿クリームとして使用します。

### 【ボディのお手入れ】

お風呂上りに、心臓に遠い方から近い方に向かってボディマッサージをするとツヤ肌に！お手入れ後はホットタオルで優しく拭きとります。

### 【髪のお手入れ】

天然保護膜が髪にツヤを与え、外部の刺激から守ってくれます。パサつく髪のスタイリングに。また、シャンプー前に頭皮に馴染ませ、ホットタオルを巻いて約5分くらいおいてから、シャンプーをすると頭皮の汚れが落ちて、髪が健康になります。

### 【爪のトリートメントに】

コットンにオイルを含ませ、爪の根本をマッサージすると、乾燥を防ぎ、爪を健康に保ちます。



## 家庭学習の方法②

小学生にとって、家庭学習の時間は「学年×10分」が目安だと言われています。1年生なら10分、2年生なら20分……6年生なら1時間になります。

内容としては、まずは学校で使っている教科書やノート・問題集などをベースにするのが良いと考えられています。宿題が出ている場合は、それをしっかりさせてあげることで十分な復習になるものです。

一方で、少しでも予習の時間を作り、親子で一緒に教科書を見たり、少しでも問題を解いたりといったことにも挑戦してみましょう。翌日、学校でその部分が出てきた時に「昨日、お母さんと一緒に見たところ！」と、知らず知らずのうちに自信や安心感が持て、理解力が培われていくものです。難しいことをさせる必要はなく、国語では音読や漢字のチェック、算数では代表的な計算問題をこなしておくなど、基本に忠実であることがポイントです。

また、大切なのは、復習・予習のいずれも、一度にたくさんのことを詰め込もうとしないこと。塾や通信教育・家庭教師などから出される宿題なども合わせるとたくさんの量を抱えているという子供もいるでしょうから、計画的に取り組めるよう、一緒にスケジュールを立て、大人がしっかり時間配分を考えてあげるといいでしょう。

長時間の学習が負担になる子もいますから、欲張らずに、まずはその子に応じた空気を作ってあげてください。一番大切なのは、楽しく負担のない取り組みを重ねることで、「持続」「継続」をすることなのです。



皆さんこんにちは

9月の第三月曜日は敬老の日。多年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日です。

もともと兵庫県の多可郡野間谷村(現在の多可町八千代区)の村長と助役が昭和22年に提唱した「としよりの日」が始まりだと言われています。

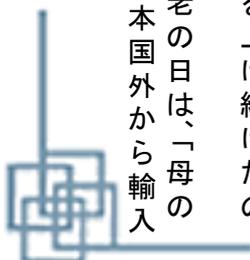
「老人を大切にし、年寄りの知恵を借りて村作りをしよう」と、農閑期で気候も良い9月中旬の15日を「としよりの日」と定め、敬老会を開いていたのだそうです。

これが兵庫県全体、そして全国に広がりました。

昭和39年に「老人の日」と改称され、その翌年には、野間谷村からの政府への繰り返し働きかけもあり、国民の祝日「敬老の日」が制定されました。

「子どもの日」「成人の日」があるのに敬老の日がないのはおかしいと声を上げ続けたのだそうです。

このため敬老の日は、「母の日」のように日本国外から輸入



## 施工事例紹介：内装工事



S邸様改装工事  
壁：杉羽目板(節有)  
天井：目透かし天井  
建具：桧(三重県産)造付建具



### 家造りのポイント！第53回(土地選びーその24)

移動上の優位性、特に仕事を中心に利便性を決めるとなると、ほとんどの場合、立地条件的に比較的価格の高いエリアを中心に決めていく事が多いです。

逆に、子供の手が完全に離れる位のお年になると、医療施設と商業施設が整っている郊外の静かで広い土地が好まれます。

また、自身の健康にもとても注意深くなる頃ですから、たとえば安全性(特に災害)や、快適性、そして出来るだけ維持費の掛からない物などへの配慮が強くなりますので、必然的にイニシャルコストの高い住宅を選択しますが、住居面積がさほど必要ではないので、割高にはなりますが、総額的には抑えられる分、建物へのこだわりが強くなります。

以前にも申し上げた事ですが、日本の住宅事情では、中古住宅の売却はあまり有利ではありません。

最近になり、住宅の借り上げ制度を利用して、家賃で収入を持たせて、住み替えを助ける制度が出来ましたが、住宅ローンが借りられる年齢が条件のようなものですから、実際は、住居を売却しなけれ



- |          |  |
|----------|--|
| ・会社名     | 有限会社野瀬建築(創業昭和37年)地域と共に五十年<br>建設業許可(般-23)第6685号 設計事務所登録第2-1154号 |
| ・保証制度    | (財)住宅保証機構登録・JIO登録  |
| ・社員の人数   | 3名   |
| ・提供できるもの | 住宅全般・耐震工事(県産材による天日乾燥材住宅<br>(ともいきの家)をお客様の予算に応じてご提供します)          |
| ・モットー    | 安くて丈夫な木の温もりを感じる家を提供したい。  |
| ・会社の場所   | 津市高茶屋七丁目6番36号  |
| ・連絡先     | フリーダイヤル 0120-34-1829   |
| ・E-mail  | noken@miracle.ocn.ne.jp  |

少しずつですが暑さも和らいでいるようです！  
来月もお楽しみに！





# 誕生月の占い



- 1月** 意地を通そうとすると周囲と温度差が生じてしまうかも。肩の力を抜いて、発想の転換が
- 2月** 「過ぎたるは及ばざるがごとし」が今月のテーマ。何でもやり過ぎると逆効果になる事
- 3月** 先のことを心配をするより現状に着目して吉。自分自身を磨くため集中できる時間を作りま
- 4月** 時間に追われてしまうとミスを誘発してしまいます。今月は、いつもより余裕を持たせた行動を心がけて。
- 5月** 大きさに関係なくあなたがやり遂げた、ひとつひとつのことについて、考えてみるのによいタイミング。
- 6月** スケジュール通りに動いていますか？お金の節約も大切なことですが、今月は時間の使い方や時間の節約を心がけて。
- 7月** あなたの中にある創造的な才能を眠らせていませんか？今月は、自分の素質を意識することで可能性が広がりそう。
- 8月** 忙しくても充実できる時。頑張った分だけレベルアップも可能。活躍の場が与えられそうな予感。
- 9月** ヒラメキがきっかけで先行きが明るくなりそう。イベントを計画したり、旅行やレジャーがGOOD。
- 10月** 交際も大切ですが、今月は外に目を向けなくて、早めの帰宅を心がけて吉。家族サービスが運氣アップの鍵。
- 11月** 挑発にのったり、熱くなり過ぎないことが大事。感情的な行動を抑え、クールな対応が今
- 12月** 周りに気兼ねして自分の成功や長所に対する誇りを押し殺す必要はありません。素直に誇りを表して吉。

## すてきおうち計画

### ～ 防犯アイテムシリーズ～ 【ドア】

ドアは人の出入り口だからこそ、セキュリティにも気をつけなければなりません。最新のドア商品には重厚感があり、頑丈でこじ開けにくいイメージの物が多くあります。実は、この「こじ開けにくいというイメージ」が侵入者のモチベーションを下げる方法の一つなのです。

ポイント!!

● **ドアの丈夫さ**... 重厚で頑丈なイメージのドアがおススメです。



ガラスは割られない様、位置やタイプを考慮して!!

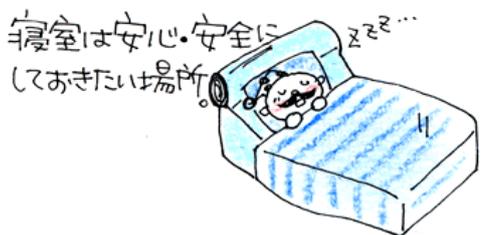
ポイント!!

● **金建**... 様々な手口で金建(かけか)ねらわれます。防犯性の高いキーをつける事は重要。

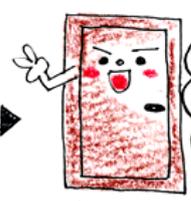


カードキーは安心で簡単!!

● **室内ドアにもロック**... お出掛け時の金庫が有りになることも!



寝室は安心・安全にしておきたい場所。



寝室ドアでも主錠+補助錠一度に4ロックできるのも!!

ポイント  
ひと目で開けにくさを感じる形状の金建=しておくこと!!

詳しくは 次月の金建特集で...