

# 野瀬建築便り

## 干し柿をおしゃれに

爽やかな秋風。稲刈りの終わった田んぼにはシラサギが降り立ち、空高くトンビが舞う秋の一日。のどかな田園風景の脇に視線を移すと、古い家の軒先にずらっと干し柿が並んでいます。集落の軒先はオレンジ色に染まり、深まる秋の原風景がそこにありました。

干し柿は昔からある食べ物ですが、その歴史は古く、平安時代から受け継がれている古風なお菓子なのです。もともとは渋柿なので、そのままでは食べることができません。約2週間ほど干すことによって水分が抜け、渋柿に含まれるタンニンが水溶性から不溶性に変わるため、渋みを感じなくなり、普通の柿よりも甘くなるのです。

昔は枝ごと天日干しにしていたのですが、明治以降はヘタを紐で結んでぶら下げる、今も伝わる干し方になりました。保存食

として食べられていた干し柿。砂糖が貴重だった時代、干すことによって甘い食べ物になることを発見した昔の人の知恵に感心しますね。

干し柿はドライフルーツの一種で、そのまま食べるのももちろん美味しいですが、少しおしゃれな方法で食べてみましょう。清潔な容器に、きれいに拭いた干し柿を入れてラム酒を干し柿がかぶるくらいに入れます。しばらく置くと、干し柿のラム酒漬けが出来上がります。ブランデーでも同じように出来ます。刻んでケーキの中に入れてたり、アイスクリームに乗せたり。その他、干し柿はクリームチーズとの相性が抜群で、ガラスの器に入れるとおしゃれな前菜になります。

昔の人の知恵が今も伝えられて、そしてまた次の世代へ。大切に伝えながら、おしゃれな食べ方も楽しみたいですね。



# ときめきMarché ~マルシェ~

mi woollies

お掃除道具は生活感が出てしまい、置き場所に困りませんか？ また使い捨ては便利ですが、ちょっとエコじゃない気も。そんな方に、おすすめのアイテムがあります。こんな素敵なホコリを払うダスターがあることをご存じですか？

## 【mi woollies (ミ・ウーリーズ) 社】

ニュージーランドで1936年創業し80年以上、最高の品質の羊毛と羊毛製品を手掛けている会社です。最も上質な原料を使って作られたダスターは、お掃除道具とは思えない可愛らしさとフワフワな手触りで、クセになること間違いなしです。

## 【インテリアのアクセントに】

羊毛はホコリを吸着して離さない性質があり、毛が柔らかいので、傷つきやすい家具や家電、観葉植物の葉のホコリを掃除するのにピッタリ。持ち手は木製で革ひもが付いていて、ドアノブに引っかけたりカゴに入れてもおしゃれで、インテリアのアクセントになります。

## 【お手入れ方法】

汚れて黒ずんでしまったら、ウール専用の洗剤で優しく手洗いし、陰干しをします。また、ホコリをあまり吸着しなくなったら、ダスターを上下、左右に振って静電気を起こすと、吸着力は復活します。



ニュージーランドで育った、本物の羊の毛で作られているので、色味に個体差がありますが、それも楽しんで長く愛用できる商品になります。あまりの手触りの良さに、ついつい何度も掃除をしたくなるかもしれませんよ。

## 暮らしのエッセンス

松ぼっくりで楽しむ

公園や山歩きで見つけた松ぼっくり、持ち帰ってお家に飾ってみましょう。

### ◆下処理をした方が安心

拾った松ぼっくりには目に見えない小さな虫が潜んでいます。面倒ですが、下処理をしておくとう安心です。大きめの古い鍋に熱湯を沸かし、2~3分煮ます。割りばしで取り出して、風通しのいい場所で十分に乾かします。一度煮た鍋は調理用には使えないので、安価な鍋を専用を買うのもいいですね。

### ◆お皿に乗せて

大皿に松ぼっくりや他の木の实などを飾ってみましょう。落ち葉や枯れ枝なども一緒に飾ると、秋らしいディスプレイになります。

### ◆瓶に入れて

口の広い瓶に松ぼっくりを1つ入れ、フェイクのグリーンを入れてキッチンやトイレに飾ってみましょう。

### ◆ガーランドに

大きめの松ぼっくりの下に、次の松ぼっくりをやや斜めにワイヤーでつなぎ合わせます。同じように松ぼっくりを重ねて、縦長につないでいきます。つなぎ目の目隠しには、小さなリボンをつけましょう。



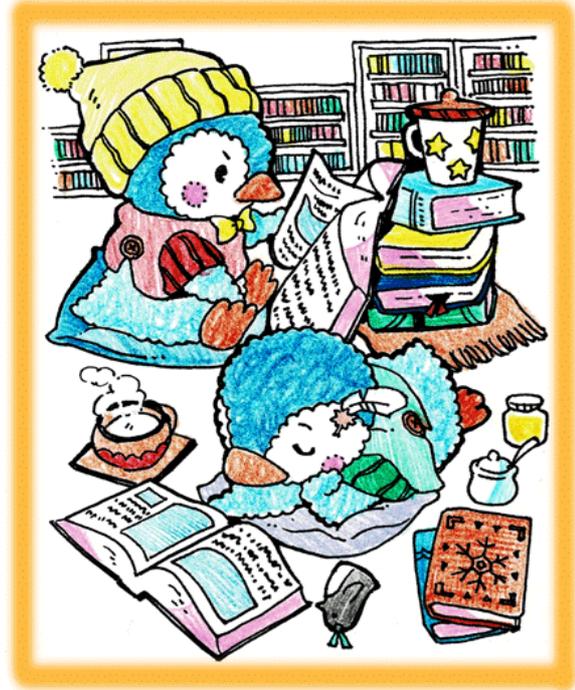
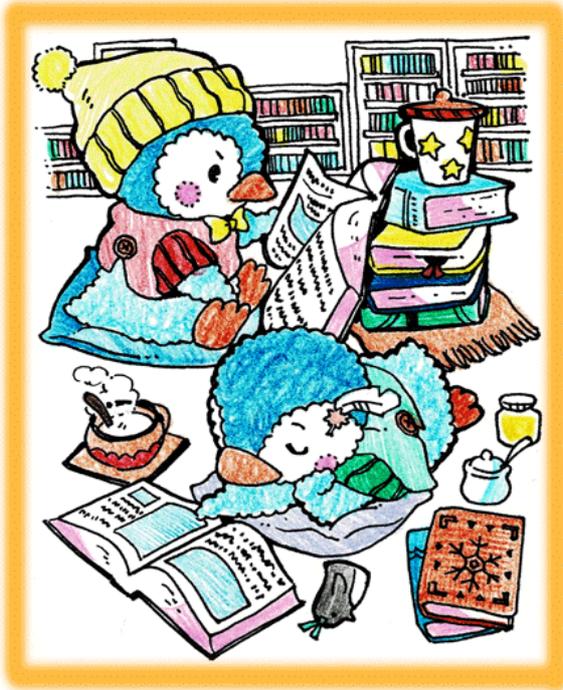
# あたまストロツ子

## ● まちがいさがし ●

下の2つの絵には、違うところが5つあるよ！あなたはいくつ見つけられる？

(正)

(誤)



答えはページ下にあるよ！

## Healthy de Happy ～ 適応障害 ～

日照時間が短くなる季節です。心も体もあなたの大切な宝物。大切にケアしてあげましょう。

### ◆ 適応障害とは？ うつ病との違い

適応障害とは、ある特定の状況や環境のストレスが引き金となり、日常生活に支障をきたしている状態のことを指します。原因がはっきりしていること、またその原因から離れることで快方へ向かう点が、うつ病との大きな違いです。

### ◆ どんな症状があるの？

不安・気持ちが落ち込む・イライラなど感情が不安定となる心の症状や、頭痛や腹痛、倦怠感や不眠などの身体的な症状があります。さらに、暴飲暴食・飲酒運転・無断欠勤や引きこもりなどの社会的問題に発展する可能性もあるので注意が必要です。

### ◆ 普段の生活で気を付けたいこと

「自分はどんなことにストレスを感じやすいのか」を知っておくことが大切です。大きなストレスが大きな問題に発展する前に、自分自身の心身の健康を保つ「予防」をおすすめします。規則正しい生活、バランスの取れた食事、十分な睡眠はもちろんですが、リラックスできる趣味や気分転換も大切です。

困った時に信頼できる相手に相談することで、新しい解決策が見えてくるかもしれません。1人で抱え込まずに、時には周りに助けを求めましょう。



まちがいさがし答え：①積まれた本に挟んだしおりの場所が違う②手前のペンギンさんの羽飾りの切り込みの位置が違う

# 今どき リフォーム事情

～ システムバスにする ～

タイルのお風呂は寒かったり、お手入れが大変だったりします。そんな悩みを解決するシステムバスにリフォームしませんか？

## ◆システムバスは暖かい？

タイルで出来たお風呂に比べると、システムバスは断然暖かくなります。床、天井、壁、浴槽に保温材が入っているので、お風呂の暖かさを逃がしません。家の中の死亡原因の一位はヒートショックです。ヒートショックはお風呂や脱衣所の温度が低い中で、熱いお湯に入ることによって起きます。システムバスにして、お部屋とお風呂の温度差を無くすことで、事故を防げます。

## ◆お手入れ簡単

タイルのお風呂に比べて、システムバスは一枚一枚のパネルの継ぎ目が少ないのでお手入れしやすくなります。最近の浴槽は、人造大理石やFRP（繊維強化プラスチック）が使われています。表面が固くて強いので、柔らかいスポンジで簡単に汚れを落とすことが出来ます。

## ◆サイズが小さくなる？

システムバスにすると、今のお風呂のスペースの中に設置するので、少し小さくなる場合があります。また、保温材が入っている分、室内は小さくなります。サイズは事前にショールームでしっかりと確認しましょう。



## ◆出来るだけ大きくする

外や、脱衣所側に広げられるスペースがある場合は、リフォームにより、大きく出来ます。そういったスペースが無い場合でも、サイズオーダーをして、可能な限り大きいシステムバスを設置することも出来ます。その他、窓のスペースを利用して、通常よりも大きい浴槽を設置できるシステムバスもあります。工務店、またはリフォーム業者さんへご相談ください。

## 棟梁の日記

皆さんこんにちは！

11月の第3木曜日はボジョレー・ヌーヴオーの解禁日、ワイン好きな方には外せない日ですね。

ボジョレー」はフランスのブルゴーニュ地方の地区の名前、ヌーヴオーは新しいという意味で、ボジョレー地区でその年に収穫したブドウからできた新酒のことです。

ワインは通常、収穫後に発酵と醸造を経て翌年以降に販売されますが、ボジョレー・ヌーヴオーは特別な製法で作られ、収穫後わずか2か月で店頭に並びます。

フレッシュでフルーティーな味わいが特徴ですが、空輸するため値段が高いことや、熟成期間が短いためワイン本来の味と比べて少し未熟に感じられることから、最近では以前ほどの盛り上がりはなくなっているようです。

それでも、元々はワイナリーで新酒を試飲したり祝ったりする意味のもので、ワイン好きならやはり心惹かれるイベントではないでしょうか。

今年の解禁日は11月17日、ワインの出来を味わってみませんか。

- ・会社名 有限会社 野瀬建築（創業昭和37年）地域と共に五十九年建設業許可（般-3）第6685号 設計事務所登録第2-1154号
  - ・提供できるもの リフォーム専門・耐震工事  
（天然乾燥材住宅（ともいきの家）を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 三重県津市高茶屋七丁目6番36号
  - ・連絡先 フリーダイヤル 0120-34-1829
  - ・E-mail nose@noken.jp
  - ・ホームページ <https://www.noken.jp/>
- ※配信の停止を希望される場合は、お手数ですが、弊社までご連絡ください。

何時も有難うございます。  
季節の変わり目どうしても体調崩しがちになります、皆さんご自愛下さい。  
来月も頑張って造ります。  
お楽しみに！

