

野瀬建築便り

秋の夜は黒ぢょかで

深まる秋。釣瓶落としのように日が落ちて、長い夜の始まりです。収穫の季節はさつまいもや柿、栗など美味しいものが沢山採れて、夜の食卓はとてにぎやかです。美味しいものと一緒についお酒が飲みたくなりますね。今夜はのんびりと焼酎などはいかがですか？

焼酎はお酒に強い人ががっつり飲むイメージですが、蒸留酒のため糖度がなく、アルコール度数が高い分、水やソーダで割って飲むので、ストレートで飲む日本酒に比べて少量であっさりと飲めます。

その焼酎を、おしゃれに楽しんでみましょう。鹿児島で古くから愛されている酒器に「黒ぢょか」があります。急須を平たくしたような黒薩摩の土瓶で、ほとんどがおちょこと揃いになっています。

鹿児島では、前日から焼酎を水で割って一晩なじませておいて、それを黒ぢょ

かでゆっくり温めて飲む、そんな飲み方が昔から楽しまれています。焼酎を水で割って一晩おくと、とてもまろやかな味になり、硬さがなくなります。そして黒ぢょかに入れて、とろ火で温めます。昔は囲炉裏で家族や友人と話しながら温めて楽しみましたが、今はガスの小さな火で温めるご家庭が多いようです。

雰囲気を楽しみたい方は、一人分の五徳を食卓に置いて、ゆっくり温まるのを見るのも楽しいですね。固形燃料は火が強いので、ティーライトキャンドルがおすすめです。温まるごとにふわっと香るフルーティーな香り。ちらちらと動く炎を見ながら、一杯。また一杯...

秋の夜長の黒ぢょか。焼酎のまろやかな味と、ゆったりした時間を、ぜひお楽しみください。



ときめきMarché ~マルシェ~

HARIO (フタが

HARIO (ハリオ) といえば、コーヒーの関連器具や電子レンジ用の調理器具で有名です。そんなHARIOからご飯鍋が発売され、人気になっています。新米が出回る季節に美味しいご飯をいただきましょう。

【大きな炊飯器は卒業】

お子様が独立し、一度にたくさん炊いたり、保温をする必要がない場合は、1合程度でその都度、素早く美味しく炊けるものが欲しいところではないでしょうか。ハリオの「フタがガラスのご飯釜」は、そんなニーズにこたえてくれる、とても話題の商品です。

【ご飯の炊き方】

本体は萬古焼(ばんこやき)で、蓋が耐熱ガラス製のお洒落なデザインです。ガスで炊くのは難しいと思われがちですが、なんと火加減の調整は不要です。つまみにホイッスルがついているため、音で火を止めるタイミングがわかり、さらに3分程度火にかけておこげ

を楽しむこともできます。2~3合用もありますが、おかゆも炊くことができる1~2合用や、IHクッキングヒーター対応のご飯釜もあります。

肝心の味ですが、やはり鍋で炊くご飯は格別です。お米の一粒一粒が立ち、美味しいのはもちろんですが、ガラス蓋なので、何よりご飯が炊ける様子を見るのが、楽しくてワクワクするご飯釜です。



暮らしのエッセンス

秋バラを楽しも

澄んだ空気の中で咲く秋バラは、とてもきれいです。お近くのバラ園に出かけてみませんか？

◆バラは1年に何回楽しめる？

バラは年々品種改良が重ねられ、今ではおよそ2万本以上あるといわれています。春だけ咲く一期咲きと、春、夏、秋と楽しめる四季咲き、春以降ぼつぼつ咲く返り咲きと3種類に分かれます。この季節に咲いているバラは、四季咲きのバラで、秋の見頃は10月~11月下旬です。

◆秋バラは長持ちする？

春と秋とでは気温の変化など、花が咲く環境が違います。春は暖かくなるので開花も早くなりますが、秋は気温が下がる中で開花する



ので、花がゆっくりと成長し長持ちします。花びらも厚く、春に比べて湿気が少ないので、花の色も花びら本来の色が楽しめます。特に赤いバラは、秋には落ち着いたシックな色合いになり、春とは違った雰囲気です。香りが強いのも秋バラの特徴です。

◆秋バラのおすすめは？

ブルームーンは紫のバラでシックです。香りも強く、比較的育てやすい種類です。コロンのようなカップ咲きはベビーロマンティカ。オレンジに黄色が混ざった可愛いバラです。

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 ～ 起立性低血圧 ～

病気ではないのに、立ち上がった時にだけ「めまい」がすることはありますか？その症状、もしかしたら起立性低血圧かも。

◆起立性低血圧とは？

起立性低血圧は、立ち上がり時や起床時に一時的に血圧が低くなり、めまいやふらつき・吐き気などの症状を引き起こすことを指します。常に血圧が低い状態の一般的な低血圧とは違い、動作によって血圧が低くなるのが特徴です。

◆どうして起こるの？

寝ている状態（もしくは座っている状態）から立ち上がると、血流は重力によって下へと下がります。その際、脳への血流が一時的に少なくなりすぎて、症状を引き起こすといわれています。その他、飲んでい

薬や加齢によって血圧調節ができにくくなることも原因になります。ただし、複数の要因が絡み合って症状が出ることもあるので、原因が特定できない場合も。

◆日常で気をつけたいこと

日常生活の動作を、いつもよりゆっくり行ないましょう。急な起き上がり、立ち上がりを避けることで、症状が出ることを防ぎます。また、横になる時に頭を高くしておくことも症状を避ける工夫の1つです。症状がひどくなる前に内科を受診し、専門医に相談するのが良いでしょう。



まちがいさがし答え：①きつねさんの頭の葉っぱが欠けている②たぬきさんの目の周りの模様が違う③たぬきさんのカゴの深さが違う④たぬきさんの背負い紐の結び目の場所が違う⑤きつねさんの足元にあるキノコの形が違う

今どき リフォーム事情

～ リフォームで掃除を簡単に ～

家の中には、少しの工夫で掃除がしやすくなる場所があります。思い切って、予算に見合ったリフォームで、もっと簡単に掃除できる我が家を手に入れましょう。

◆手入れのしやすい素材に変える

タイルなどは、目地があってお掃除が大変です。キッチンの前のタイルをキッチンパネルに変えるだけで、とても掃除がしやすくなります。お風呂なども、タイルの掃除が大変なのであれば、パネルを貼ったりシステムバスに変えることで、お手入れがしやすくなります。

◆トイレは浮かす

フローティングデザインという壁に設置するタイプのトイレにすると、トイレが床から浮いているので、床掃除がしやすくなります。タンクレスタイプのトイレもスペースを広く使えるので、掃除が楽になりますよ。

◆照明は埋め込む

デザイン性の高い、ペンダントライトなども良いのですが、お手入れが大変です。ダウンライトなど、天井に照明を埋め込むと、掃除の手間が軽減されます。



◆掃除道具が取り出しやすく

掃除道具もすぐに手に取れると、取りかかりやすくなります。コンセントの位置を変えて、充電式の掃除機がいつでも取れるようにするなど、少しの工夫でやる気になれます。いかに掃除をしやすくなるかが大切です。

棟梁の日記

こんにちは皆さん！

10月7日は「ミステリー記念日」です。

ミステリー（推理）小説の先駆者といわれているエドガー・アラン・ポーが1849年のこの日に亡くなったことが由来となっています。

彼が1841年に発表した「モルグ街の殺人」は、世界初の推理小説といわれていて、日本の推理小説家 江戸川乱歩（えどがわらんぽ）を始め、「コナン・ドイル」や「森鷗外」、「芥川龍之介」など、後の文学界に多大な影響を与えました。

ところで、ミステリー小説と推理小説は同じものだと思っている方もいらっしゃるかもしれませんが、両者は厳密にいうと違うものです。ミステリー小説は不思議な事件がいくつも起こる小説で、推理小説は主として犯罪に関係する秘密が論理的に解明されていく過程の興味に主眼をおいた小説なのです。

とはいえ、どちらもドキドキワクワクが楽しめる傑作が多いので、お気に入りの一冊を見つけて、秋の夜長に楽しんでみてはいかがでしょうか。

- ・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。



台風等災害にも注意必要ですが残暑も少しずつ和らぎ朝晩には肌寒ささえ感じる様になって来ました。季節の変わり目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！