

# こんにちは 田島建設です!

# 11

## 夢見るクッキー缶

先日、友人に可愛いクッキー缶をいただきました。小さな正方形の缶の蓋を開けると、可愛いらしいクッキーがびっしり! しばらくその可愛さに見とれてしまうほどでした。

クッキー缶といえば、ひと昔前は大きな四角い缶で、整然と並んだクッキーのイメージでした。今は小さな缶に、色々な形がぎゅっと隙間なく詰め込まれた、可愛いクッキー缶が人気になっています。蓋を開けた瞬間にふわっと漂う、クッキーの甘い香り。缶の中央にメインになる可愛いクッキーがあり、その周りを小さなクッキーが囲っています。丸い形や、ハート型の小さなクッキー。味も抹茶やチョコレート、いちご味などがあり、色合いもカラフルです。クッキーなので、もちろん味が決め手ですが、見た目の感動がとても大きいのが、小

さなクッキー缶の特徴です。ひとつの缶の中に物語があり、まるで絵画のような芸術性。蓋を開けることに楽しみが広がります。

そして入れ物の缶も可愛く、バッグになっているものや、可愛い模様の缶など、捨てるのがもったいなくて見ているだけでもワクワクします。空き缶もぜひ再利用してみましよう。可愛い缶は目にする頻度の高いキッチンや洗面所に置くと気分が楽しくなります。中には何を入れましょうか? 正方形の小さな缶にはキッチンの細々とした物。例えば輪ゴムや、いただき物のリボンのストックなど、長方形の缶には買ってきたマスクを箱から入れ替えると毎日が楽しくなります。

小さなクッキーから始まるささやかな幸せ。一口食べると微笑みが広がります。今年の冬は楽しい時間になりそうですね。



## サバそぼろ

あなたとこころすてきにごはん

材 料 (2人分)			
・サバの味噌煮缶	1缶	・ごま油	大1
・にんにく	1片	・豆板醤	小1/3
・しょうが	スライス2枚	・ごま	大1
・長ネギ	1/4本		



- ① 長ネギ、にんにく、しょうがをみじん切りする。
- ② フライパンにごま油、にんにく、しょうが、豆板醤を入れ、香りが出るまで弱火で温める。
- ③ サバ缶を汁ごと入れ、ほぐしながら水分がなくなるまで炒める。長ネギとごまを加え軽く混ぜたらできあがり。

Health Point

血管をしなやかにすると言われるサバ。ピリ辛そぼろにして、ごはんがすすむメニューはいかがでしょう。

## 今どきリフォーム事情

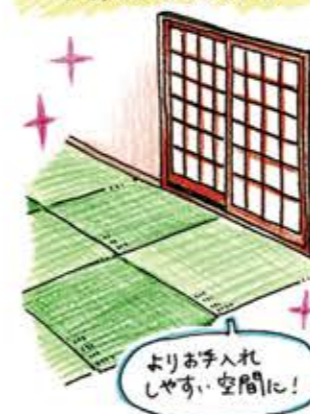
～お手入れしやすい和室に～

和室関係も年々新しい商品が開発され、お手入れしやすくなっています。今ある和室をよりよくするためにリフォームしてみませんか?

### ■和室の内装

欄間、障子、襖、床の間など、今あるものを活かして、家をくつろぎの空間にすることができます。和室に使われている材料は、どれも元々良い物ばかりなので、無駄にしましてはもったいないです。

今ある和室を活かす



### ■障子

紙の障子は破れたり、変色するので張り替えが必要です。最近では、ワーロン紙といわれる、強化障子紙などもあります。費用はかかりますが、丈夫で破れにくいので、頻りに張り替える必要がなくなります。

### ■畳

い草の畳は、経年劣化で畳表が取れてきたり薄くなったり色が変わってしまいます。最近では、和紙を強くした素材が人気です。色のバリエーションが豊富なので、インテリアの好みに合わせて、色を選ぶことができます。

表面が強いので、飲み物をこぼしたりしても染み込みにくく、擦れて取れたり、表面の色が変わる心配もありません。い草の匂いはしませんが、長く使うことを考えるとおすすめです。

和室を洋室に変えることもできますが、和室のまま、よりくつろげて、お手入れしやすい空間に変えることもおすすめです。

株式会社 **田島建設** フリーダイヤル 0120-151-224

〒121-0807 東京都足立区伊興本町2-11-11 ホームページ <https://tk4020.com>  
受付時間 AM9:00~PM6:00 定休日 日曜日・祝日





# ときめきMarché ~マルシェ~

KLIPPAN  
ミナペルホネンとコラボ  
ブランケット

秋も深まる季節には、ウールブランケットの暖かさが恋しくなりますね。今回は、世界中で愛される良質な「KLIPPAN (クリッパン)」のウールブランケットをご紹介します。

## 【KLIPPANとは?】

1879年創業のスウェーデンの紡績会社で、ウールの紡績から製造までの工程をすべて自社で行い、高品質な製品を販売しています。品質はもちろん、人気デザイナーたちによるおしゃれで温かみのある北欧らしいデザインは、ずっと使い続けたい一生物です。

## 【ブランドとコラボしたブランケット】

KLIPPANを代表するのが、皆川明氏のブランド「ミナペルホネン」とコラボしたブランケットです。2013年から毎年コラボし、ウールブランケットを発売しています。中でも初めて発表した「HOUSE IN THE FOREST」は、発売以来のロング

セラーとなっています。森の静けさ、月の輝き、私の家、深い冬をコンセプトに描かれており、ベットカバーやソファにピッタリな130×180cmの大きめなブランケットです。ジャガード織で隙間なく織り上げた厚みのあるウールは、しっかりと重さがあり心地よく、忘れられない肌触りが体感できます。スウェーデンの人々が実践している、安らぐ時間と心地よさを大切にしている生き方を、私たちも取り入れてみませんか。



# 暮らしのエッセンス

## ほうきを使いこなそう

家の中を何種類かのほうきでお掃除しましょう。使いこなすと思いのほかきれいになります。



### ◆用途によって使い分けよう

家の中のお掃除、ほとんど掃除機に頼っていませんか？実は廊下の隅の埃などは、ほうきの方がよく落ちます。玄関や庭、サッシの溝など、ほうきの種類を使い分けましょう。

### ◆フローリングは棕櫚のほうきで

家族が集まるリビングの床は棕櫚 (シュロ) のほうきでお掃除してみましょう。棕櫚の木の幹の皮を、穂先の素材に使った和ほうきです。天然の油分が含まれているので、何度も掃いていると、自然と天然のワックスがかかったようにツヤツヤになります。

### ◆玄関はシダがおすすめ

玄関まわりのお掃除は、シダやポリプロピレンなどの化学繊維のほうきが便利です。シダはコシが強く丈夫なので、タイルの目地の中の砂なども掻き出してくれます。

### ◆小さなほうきが便利

テーブルのパンくずなどを、さっと掃けるミニほうきがあると便利で、置くだけでインテリアになります。また、竹ぼうきのミニサイズは、サッシの溝のゴミなどを掻き出すのに便利です。掃除機だけに頼らず、ほうきの生活もいいですね。

# あたまストロツチ

## ●まちがいさがし●

右の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められるかな？



答えはページ下にあるよ!

# Healthy de Happy

## ～歯周病～

成人後に歯を失う大きな原因は歯周病です。歯周病は、心臓病や糖尿病などの慢性疾患と関係があることが報告されています。

### ◆歯周病とは

歯ぐきや歯を支える骨が溶けて、最終的に歯が抜ける病気です。歯磨きが不十分だと歯垢 (しこう) が増え歯垢の中には、多くの細菌が含まれています。発症には、歯周病菌といわれる細菌が関わっています。

### ◆歯の健康は健康維持に重要

歯の健康は、健康を維持するためにもとても重要です。厚生労働省は80歳になっても、自分の歯を20本以上保つことを目標とした「8020運動」を推進しています。歯の健康の保持を目的として実施される事業に必要な支援も行っています。また、歯の本数は睡眠時間にも影響するという報告もされており、自分の歯



を保つ重要性が様々な疾患で指摘されています。

### ◆セルフケアと定期チェックが大切

歯周病を予防するためには、毎日のセルフケアと定期的な歯科検診が大切です。正しい歯磨きとフロスなどの利用で、歯周病を予防しましょう。セルフケアだけでは限界があるため、定期的に歯科医院を受診し、歯石などを取ってもらってください。

11月8日はいい歯の日です。年齢を重ねても自分の歯を保つために、口の中や歯の健康について見直してみましょう。

# お取り寄せ倶楽部

富山ブラック  
黒醤油らーめん  
～富山県～



3000m級の山々が連なる立山連峰に、水深1000mを超える富山湾と、変化に富んだ地形を有する富山県。そんな富山県には名物の真っ黒なラーメンがあります。ご当地ラーメン富山ブラックは、戦後の復興に携わる肉体労働者の塩分補給として、濃い味付けのラーメンを作ったのが始まりなのだそう。麺屋いろはの『富山ブラック黒醤油らーめん』は、お店の味を自宅で再現できる生麺とスープのセットです。

魚醤を長時間煮込んだ濃厚且つあっさりした黒い醤油スープに、もちもちのオリジナル中太麺を使用。凝縮された魚介の旨味を楽しめる富山ブラックをぜひご自宅でご賞味あれ。

お問合せ・・・麺屋いろは  
電話番号・・・0766-56-9966  
富山ブラック黒醤油らーめん (袋入り生麺)  
4個 (8食)・・・3,000円 (税込)

まちがいさがし答え：①左上のハンガーの向きが違う②ハンガーに掛けているシャツのポケットの数が違う③鏡の形が違う④男の子が被っている帽子のポンポンの大きさが違う⑤ロボットさんのマフラーの房の数が違う