

こんにちはは 田島建設です!

3

春を呼ぶ和菓子

少しずつ暖かくなり、春の陽射しを感じる今日この頃です。春になったら美味しいものが食べたくありませんか。春に食べたい和菓子といえば、桜餅が一番に浮かびますが、皆さんはいかがですか?

桜餅は関西風と関東風があり、作り方も材料も異なります。関西風はもち米からできている道明寺粉を使って、餡を包んだものです。「道明寺」または「桜道明寺」とも呼ばれ、戦国時代に大阪の道明寺で保存食として作られたという由来があります。

関東風は「長命寺餅」や「長命寺」と呼ばれています。江戸時代に長命寺の門番が落ち葉を掃除している時に、桜の葉を何かに使えないかと思案し、塩漬けにしてお餅に巻いたのが始まりだそうです。関西風とは違って、白玉粉や薄力粉を水で溶いたものを薄くクレープ状にのぼし

焼いた生地で、餡を巻いたくるっとした形になっています。ほんのりピンク色のお餅。桜の葉の香りも楽しめて、春を感じますね。

京都では雛祭りに食べられる「引千切」(ひちぎり)という和菓子があります。平安時代、宮中ではおめでたい日に大量に和菓子を作ったので、餅の中に餡を丸めて入れることができず、引きちぎった餅の上に餡を置いたのがそのまま受け継がれ、雛祭りの時期に京都のお店で売られています。引きちぎった形があこや貝に似ていることから、「あこや」とも呼ばれています。

春に欠かせないうぐいす餅は豊臣秀吉が茶会の席で名付けたのが始まりです。それぞれ、いろんな歴史があるのですね。

色とりどりの和菓子達。ほっこりゆったり、味わいながら春を感じてみてはいかがでしょうか。

イカとセロリのマリネ

材料 (2人分)

・イカ	中1杯	・オリーブオイル	大1
・セロリ	1本	・ナンプラー	大1
・玉ねぎ	1/6コ	・酢	大1
・レモンスライス	4枚	・レモン汁	大1
		・塩	小1/3
		・こしょう	少々



あなたとこもすてきにごはん



イカの胴体は8mmほどの輪切り、足は吸盤を包丁の背でこそいで5cmほどの長さに切る。塩(分量外)を加えた湯で軽く茹で、冷水に取り水分を拭く。



セロリは筋を取り薄いナメ切りにし、葉は細かく切る。玉ねぎも薄切にする。



①をよく混ぜ合わせ、②と③、レモンスライスを加えて和えたら出来上がり。

Health Point

- 高タンパクで低脂質なイカ。カリウムやカルシウムのほか、マグネシウムや亜鉛などのミネラルも含まれています。

今どきリフォーム事情

～スケルトンにして
リノベーション～

壁を取り払って、柱を残して、間取りを大きく変えられるリノベーションが人気です。リフォームとどう違うのでしょうか?

■リノベーションとは?

一般的にリフォームは、今ある建物の一部を新しくしたり、補修することです。それに対してリノベーションは、建物の設計自体を見直して部屋を広げたり、増やしたり、キッチンなどの水回りの位置を移動することです。

壁を取り払って生活動線を見直すことで、より動きやすい、使いやすい間取りに変更することもできます。また、壁の中や、屋根裏に断熱材を増やして、住まいをより快適にしたり、柱を増強して耐震性を上げたりすることもできます。今ある間取りに縛られないで、自分たちの生活スタイルに合った、快適な暮らしを手に入れられるのが、リノベーションです。

■メリット

空間自体の見直しができるので、間取りの自由度が高まります。リノベーションによって、古い建物でも、価値を上げることができます。リフォームだけではできない要望も取り入れてもらいやすくなります。

■デメリット

リフォームより工事が大掛かりになるので、費用と工事時間がかかります。壁を壊すなどで大きな音が出る場合、あらかじめ近隣のお家などにきちんと説明しておく必要があります。



生活スタイルに合わせてチェンジ!



見頃の星
うけへび座
全天で最も大きく長い
星座。頭がはじめてから
尾が出終わるまで大体
6時間以上かかる。

二四日 春の彼岸明け

二日 春分の日・春の社日

一八日 春の彼岸入り

一四日 ホワイトデー

六日 啓蟄

三日 ひな祭り

やよい
三月

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

マリメッコ
トートバッグ

世界中の人々から愛されるマリメッコの花柄のデザインは、持っているだけで気持ちまで明るくなります。今回はそんなマリメッコからトートバッグをご紹介します。



【世界中から愛されるプリントパターン】

マリメッコは1951年にフィンランドで創業しました。マリメッコはフィンランド語で「マリーのドレス」という意味です。創業者のアルミ・ラティア (Armi Ratia) の名前の順番を入れ替えるとマリ (mari) になるのだとか。1960年に故ジョン・F・ケネディが大統領選に出馬した際、ジャクリーン婦人がマリメッコのドレスを着用したことで、世界中に名が知れ渡りました。

現在では、その独創的なプリントパターンを施したバッグ・インテリア・ファッション・食器・雑貨など、私たちの生活のあらゆるシーンで見ることができます。

【エネルギーな花柄たち】

おすすめなのは、ポピーの花をモチーフにした「ウニッコ」柄。メルヘンで甘いだけのデザインではなく、個性を持ち、可愛らしくもありながら華やかでエネルギー。様々な色があり、特に黒や紺色は、大人の女性が身に着けるとシックでドレスリーな印象を与えてくれます。また、ブーケの華やかな印象を持つ「プケッティ」柄は、落ち着いた色合わせも多く、おすすめです。

トートバッグのサイズも複数あり、厚手のキャンバス地なので、非常に丈夫で、丁寧な縫製が施されています。マリメッコの鮮やかで大胆なデザインを取り入れて、力強く踏み出しましょう。

暮らしのエッセンス

お花の水揚げ方法

お花を長持ちさせるためにひと手間。水揚げして楽しみましょう。



◆水揚げって？

買って来たお花に十分に水を吸わせてあげておくことを水揚げといいます。それぞれのお花にあった方法で水揚げすると、驚くほどお花が長持ちしますよ。

◆大半は水切りで

大体のお花は水の中で茎を切ると元気になります。茎の中に空気を入れないのがポイントです。しばらくバケツで休ませてから花瓶に移しましょう。この時、水圧で水が上がるので、バケツのお水はたっぷり。バラやガーベラは水切りで元気になります。

◆ショック療法の湯揚げ

茎の中が空洞のダリアや、しおれやすい野の花などは湯揚げをします。茎の下20cmぐらいを残して上の部分を新聞紙でくるみ、沸騰したお湯に30~40秒つけ、その後たっぷりお水を入れたバケツに入れて、2時間休ませます。花の先まで通る導管内の空気を押し出して、水が上がりやすくする方法です。

◆かなづちでたたく

ユーカリや柔らかい枝ものは茎の先をかなづちでたたいてつぶしてから湯揚げします。葉の持ちが違います。ぜひ試してくださいね。

あたまストレッチ

●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

～緑内障～

なかなか症状が現れにくい緑内障。定期的な健診で専門医にきちんと診てもらおうことが大切です。

◆緑内障とは？

眼圧が異常に上昇することで、視野(見える範囲)に障害が出る病気です。状態により「急性緑内障」と「慢性緑内障」の2つに分けられ、原因や症状も異なります。まれに眼圧が正常であるにも関わらず異常をきたす「正常眼圧(せいじょうがんあつ)緑内障」と診断される場合もあります。

◆どうして起こるの？

眼圧は「房水(ぼうすい)」といわれる目の中を循環する液体の量が関係しています。房水の産生と排出のバランスに異常をきたすことで眼圧が上がり、視神経が圧迫され、病気を引き起こすのです。言い換えると眼が

固くなっているともいえます。主な原因は遺伝や近視、薬剤によるものから、加齢が原因のものまで様々です。

◆どんな症状が起こるの？

目の痛みやかすみや充血、ひどくなると頭痛や吐き気を催すこともあります。症状がゆっくりと進行するため、初期の段階では症状が出にくく、病気を自覚しにくいことも大きな特徴です。

◆定期健診が大切

完治は難しい病気なので、定期的な受診が大切です。症状がなくとも定期的な通院で、状態の変化に気が付きやすくなるといえるでしょう。



お取り寄せ倶楽部

さつまの黒酢炊き 黒豚角煮 鹿児島県

美しい海や島々、火山に高原を有する鹿児島県。雄大な自然の中で育った黒豚と伝統的な黒酢を使った美味しい料理があります。

名産の黒豚は1385年に中国から琉球に渡り、約400年前に鹿児島に伝えられたとされています。歯切れがよく、柔らかい肉質に、さつまいもが飼料のためさっぱりとした味わいが特徴です。くろす屋の『さつまの黒酢炊き黒豚角煮』はそんな鹿児島県産白黒

豚のバラ肉を、重久盛一 酢醸造場かめ壺仕込み純玄米黒酢を加えた特製のタレでじっくりと煮込んだ贅沢な一品。黒豚の旨味と黒酢の程よい酸味、少し濃い目の味付けの角煮は、ネギや生姜とともにご飯にのせて角煮丼にするのがおすすめです。

お問合せ・・・くろす屋
さつまの黒酢炊き黒豚角煮 (270g)
・・・1,296円(税込)

まちがいさがし答え：①帽子についている花の花びらの数が違う②パンダさんがくわえている笹の葉の大きさが違う③黒豚の重なり方が違う④花瓶の口の大きさが違う⑤イスの上の王冠の飾りの大きさが違う