

こんにちには 田島建設です!

9

鏡花水月

夜風が心地よい季節になりました。もうすぐ十五夜ですね。お月見の季節になると、昔の人の風習や、言い伝えなどに興味湧いてきます。今、大河ドラマで話題の平安貴族社会。この頃のお月見はどんなスタイルだったのでしょうか…。

お月見は平安時代に中国から伝わりました。貴族達の間で広まったお月見は、池に船を浮かべて水面に映る月を眺めたり、お酒の杯に映る月を眺めて楽しんだりする、月を直接見ない静かな宴でした。「鏡花水月」という言葉は、鏡に映った花や、水に映った月の意味から、目には見えても手に取れないことを指します。ゆらゆらと揺れる水面に映る月を愛でて、手に掬い取れないはかなさを感じとっていた平安の人々は、繊細な心の持ち主だったのかも知れませんね。源氏物語にも月を詠んだ歌が記されていますが、はかなくて悲しい歌が多く見られます。

京都大覚寺の大沢池は、船から見る風流なお月見で有名です。今から千二百年前、嵯峨天皇が中国湖南省の洞庭湖を模して造ったとされる日本最古の庭池で、今もその形を残しています。毎年この季節に開かれる観月会は、唐の国の船遊びを模したといわれています。架空の動物の首を形どった二艘の龍頭舟、鶴首（げきしゅ）舟がゆっくりと水面を進みます。園内はライトアップされ、船着場に設けられたステージでは満月法会が行われます。光の中に浮かび上がる豊作を祈る行事は、まるで平安時代にタイムスリップしたかのようです。

水面に揺れる月を見ながら、風流な雰囲気浸る時間。今年は平安貴族の気分で粋なお月見を楽しんでみませんか？



レンコンと鶏肉の エビゴマ味噌

材 料 (2人分)			
・レンコン	80g	・味噌	大2
・鶏モモ肉	150g	・酒	小1
・桜エビ	小2	・みりん	小1
・白ゴマ	小1	・めんつゆ	小1
・酒	小1	・水	小1
・塩	少々	・サラダ油	小1



あなたとこもすてきにごはん

- 鶏肉はこま切りにし、酒と塩で下味をつける。レンコンは1cm幅程度の細切りにして水にさらしてアクを抜く。
- 桜エビと白ゴマをフライパンで空炒りして取り出す。フライパンに油を熱し、鶏肉、レンコンの順に火が通るまで炒める。
- 合わせた(A)を加え弱火で加熱しながら全体をかきまぜ、火を止め、②の桜エビとゴマを手でひねりながら加えてできあがり。

Health Point

カルシウムに目が向きがちな桜エビですが、ビタミンB12やビタミンE、亜鉛が含まれた栄養豊富な食材です。

今どきリフォーム事情

～玄関ドアを新しくする～

家の第一印象になる玄関ドア。玄関ドアを新しくすると、様々なメリットがあります。古くなったら見直してみませんか？

■今どきの玄関ドア

最新の玄関ドアは、防犯性が高くなっています。鍵が2か所にあり、ピッキングがされにくい構造の鍵も多く見られます。帰宅した時に、スマートフォンで開けたり、顔認証で開けたり、鍵をバッグに入れたままで開けられるタイプもあるので、荷物が多くても安心です。また、鍵をかけたか不安になった時に、スマホで確認することが出来るタイプもあります。玄関のジメジメが気になる場合は、採風タイプのドアがおすすです。網戸の付いた採風窓を開ければ、風通しもよくなります。窓が大きなデザインを選ぶと、玄関を明るくすることも出来ます。カラーバリエーションも豊富なので、家の雰囲気に合わせて選べます。

■工事期間は？

今の玄関の枠の内側に新しい枠をつけて、ドアを取り付ける工事でも可能です。そうすると、外壁を触らずに工事が出来るので、最短だと、1日で工事が完了します。

■補助金は？

最新の玄関ドアは、気密性とドア自体の断熱効果が高くなっています。今なら、窓と一緒にリフォームすると、補助金の対象になります。玄関ドアは外に面した大きなスペースなので、断熱効果が良くなると、光熱費の削減にもつながります。



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～

ゲラルディーニ
ソフティ
2WAYハンドバッグ



とにかく軽くて柔らかいオシャレなバッグをお探しなら、ゲラルディーニのソフティシリーズはいかがですか？ 普段使いはもちろん、お仕事からご旅行までTPOを選ばず使える優れものです。

【イタリアを代表する老舗バッグブランド】

工芸家のガリバルド・ゲラルディーニが、1885年にフィレンツェで創業しました。由緒ある地区、フィオルダリーソ通りに24歳という若さで店舗を構えています。素晴らしい技による高いクオリティと、上品で優雅なデザインのバッグが女性の憧れとなります。創業から現在に至るまで、女性のファッションに敏感に反応し、当初の豪華なゴブラン織りのバックから、レザーバッグ、1980年からは、ソフティ(SOFTY)と呼ばれる高機能を実現した素材へと変化させていきます。しかし、「メイド・イン・イタリア」というポリシーは、創業時より変えず、製品への強いこだわりを象徴するものです。

【ソフティ 2WAYハンドバッグ】

ハンドバックとショルダーバッグの2WAY仕様で、とても軽く、素材は滑らかで柔らかく発色も美しいのが特徴です。外ポケット1つ、内ポケット3つと実用性が高く、ゲラルディーニを象徴する頭文字Gを模ったモノグラム柄により存在感が十分にあります。鮮やかなオレンジのパレンシア色や、シックなメタルグレー色などバリエーションも豊富。サイズも大と小があり、仕事やプライベートの洋服に合わせて揃えたいと思いますよ。自分へのご褒美にいかがですか。



暮らしのエッセンス

アプリを賢く使おう

スマートフォンのアプリは便利な機能のものがいっぱい。ちゃんと使いこなせていますか？



◆アプリって？

アプリケーションソフトウェアの略称で、特定の用途や目的のために設計されたソフトウェアです。最初にインストールが必要ですが、後はボタンをタップするだけで、生活に役に立つ便利機能を使ったり、エンターテインメントを楽しむことができます。

◆おすすめのアプリ

電車の乗り換えアプリや、翻訳機能、健康管理、スケジュール管理、雨雲レーダー、本を聴くアプリ、ラジオ番組が聴けるアプリなど、便利な機能のアプリがいっぱいです。

◆アプリを使いこなそう

家計簿のアプリはいちいちノートにつけなくても、スマホで操作すると使った金額をすぐに書き込めるので便利です。語学のアプリも電車の待ち時間などにできるので効率がアップします。時間を上手に使えそうですね。

◆課金に注意！

アプリは無料のものを選んで、[アプリ内課金]とあるものは、途中から[レベルアップ]などをタップすると課金されてしまうので、要注意です。上手に選んで使いこなしましょう。

あたまストリッチ

●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 ～レストレスレッグス症候群～

足がむずむずして日常生活に困る、レストレスレッグス症候群は、女性に多く遺伝する可能性がある病気です。



◆レストレスレッグス症候群とは？

レストレスレッグス症候群(RLS)は足に刺激がないのに痛みやしびれなど、じっとしてられない衝動が生じて睡眠に影響が出る病気です。アメリカで行われた調査によると、生活習慣として肥満、喫煙、運動不足、アルコール摂取および糖尿病が発症に関与しているという報告があります。

◆どんな症状があるの？

「虫が這うような」「全体的に重だるいような」といったように、症状はいろいろな表現がされます。患者さんは、足内部の不快感を訴えることが多いようです。

歩いたり足を伸ばしたりする運動を続けている間は症状の改善がみられるという特徴があります。また、夕方から夜にかけて症状が強くなる傾向があります。

◆男性より女性に多く、遺伝も関与

RLSは全年齢で見られますが、高齢者や女性に多い病気です。患者さんの約30%に家族歴がみられ、遺伝する可能性が考えられます。

◆気になる時は医療機関を受診しよう

神経内科や脳神経外科に専門医が多いため、気になる場合は、医療機関を受診し相談してみてください。

お取り寄せ倶楽部

温暖な気候と日照時間の長さ、水はけのいい土壌に恵まれた兵庫県淡路島。たまねぎの栽培に適した環境が整った日本一のブランドたまねぎ産地なのをご存じですか？ ユーアールイー株式会社の『淡路たまねぎスープ』は、累計販売総数7000万食を誇る粉末たまねぎスープです。淡路島で育った「甘い・柔らかい・瑞々しい」が揃った淡路島産玉ねぎを100%使用。丁寧にソテーして引き出した甘みとコク、コンソメのしっかりとした味わ

淡路たまねぎスープ
～兵庫県～



いが絶妙にマッチしたスープです。さらに付属のフライドオニオンを振りかけることで、サクサク食感と香ばしい香りがプラスされ、より奥深い味わいが楽しめますよ。ぜひお試しあれ。

お問合せ・・・島と暮らし
電話番号・・・082-228-2588
淡路たまねぎスープ1袋 700円(税込)

まちがいさがし答え：①クマさんの鉢巻きがねじり鉢巻きになっている②右下の工具の形が違う③パンダさんの腰のポーチがない④パンダさんが担いでいる木材の長さが違う⑤家の中の筋交い(ななめのところ)の向きが違う