

# こんにちわ 田島建設です!

# 11

## ボジョレーヌーボーで乾杯

フランスのボジョレー地区やリヨン近郊の街では、ボジョレーヌーボーの解禁日に合わせ、にぎやかにお祭りが行われます。今年も解禁日が近づいてきました。

日本でも、この季節になると取り上げられるボジョレーヌーボー。フランスブルゴーニュ地方のボジョレー地区で作られる新酒のワインのことで、ヌーボーはフランス語で「新しい」という意味です。

一般的なワインは、ぶどうの実をつぶしてから発酵させ、1年以上かけて熟成させます。それに対してボジョレーヌーボーは、ぶどうの実をつぶさずにタンクに入れ、その重みで短期間のうちに自然発酵させるので、渋みが少なく、フレッシュな味わいのワインになります。使われるぶどうの品種は、ボジョレー地区で採れるガメイという黒ぶどうで、フルーティーな香りが特徴です。

ボジョレーヌーボーには解禁日があり、毎年11月の第3木曜日です。その年にできたワインを業者がいち早く市場に出そうと競い合うことで、品質が低下するのを防ぐために定められました。日本は時差の関係で、フランスより8時間早く解禁日を迎えます。

日本でもボジョレーヌーボーの人気は高く、ワインを楽しむ会などが各地で行われています。ご家庭でも気軽にワインを楽しみたいですね。バゲットにクリームチーズを塗ったり、クラッカーにきゅうりやミニトマトをのせたり、いつものお料理に前菜をプラスするだけで、ワインに合う素敵な食卓になりますよ。

フランスより早く楽しめるボジョレーヌーボー。フレッシュなぶどうの香りと軽やかな味わいのワインで、今夜はオシャレに乾杯しましょう。

## 生クリーム不使用 鮭のクリーム煮

材 料 (2人分)

・生鮭	2切	・牛乳	100cc
・ぶなしめじ	適量	・小麦粉	小2
・ドライパセリ	少々	①・コンソメ	小1/2
・オリーブオイル	小1	・にんにくチューブ	ひとつまみ



あなたとこもすてきにごはん

- 皮と骨を取った鮭と、いしづきを切って小房に分けたしめじを、油を温めたフライパンで焼く。焼き目が付いたら一旦取り出す。
- 弱火のフライパンに小麦粉を入れ、ダマにならないように牛乳を少しずつ加えながら、ゴムベラでのばす。
- ①を戻し①を加えてクリーム状になるまで弱火で5分ほど煮詰める。ドライパセリを振って出来上がり。

Health Point

- 鮭に含まれるビタミンDを牛乳のカルシウムと一緒に摂ることで骨粗鬆症予防に。生クリームを使わないので脂肪分を抑えたレシピです。

## 今どきリフォーム事情

～リビングをリフォームする～

家の中でも、家族が長い時間を過ごすリビング。気が付かない間に建具の劣化や、壁紙やカーテンが変色していることも…。リビングを快適空間にしませんか？

### ■内装や窓

キッチンやダイニングと近いリビングの壁紙は、気が付かないうちに変色してしまっています。壁紙を新しくするだけでも、部屋が明るい印象に変わります。アクセントに1面のみ壁紙の色を替えたり、調湿や消臭機能のあるタイルを貼ると、部屋の雰囲気も変わります。また、ドアなどの建具も、長期間使っていると劣化したり、変色してきます。家族皆がよく使うリビングは、建具の劣化が早いので、定期的に見直しましょう。最近では、窓のリフォームも増えています。サッシの性能が良くなっているので、気密性の高いものに交換してリビングを快適な空間にしましょう。



### ■カーテン

年数が経つうちに、色が変わったり劣化していたりします。リビングのカーテンを、新しく明るい色や淡い色に替えるだけでも、部屋が明るくなります。また、ブラインドや縦型のパーチカルブラインドに替えると、それだけで部屋の印象がかなり変わります。

### ■照明

照明を替えても部屋の印象は変わります。リフォームを機に、シーリングライトからダウンライトに替えることも可能です。ダウンライトにすると、よりスッキリとしたお部屋になり、お手入れも楽になります。



しもつき 十月

句の食材

サイバ  
ミネラルの一種であるセレンが多く含まれる。高い抗酸化作用があり、がん予防などの効果が期待ができる。

二三日 勤労感謝の日

二二日 小雪

一五日 七五三

七日 立冬

四日 振替休日

三日 文化の日

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～

晃祐堂 熊野筆  
匠シリーズ  
Kakishibuzome

高級化粧筆「熊野筆」。一度使うと手放せなくなる使い心地で、プロのメイクさんにも人気があります。いつもと同じ化粧品でも、熊野筆を使うとテクニクらずで、ムラのない美しい仕上がりになりますよ。

## 【書道筆の技術で最高の化粧筆をつくる】

熊野筆は、広島県熊野町で生産されている筆の総称です。190年以上の歴史があり、書道筆は伝統的工芸品の認定を受けています。そのような筆作りに対する深い知識と優れた技術、経験を持つ伝統工芸士が在籍している、晃祐堂。書筆の伝統技術を礎に、新たな創造に挑戦し続け、多くの人に愛される最高のメイクブラシを目標に作り続けています。晃祐堂で作られる化粧筆は、ほとんどの製造工程が手作業です。さらに筆職人による2段階の検品作業を行うことで、上質なメイクブラシのみを提供しています。直接肌に触れるものだから、安全で清潔であることにこだわりを持っているのです。

## 【匠シリーズKakishibuzome】

上質な山羊毛の中で最も高級とされる「細光峰（さいこうほう）」を使用し、穂先を柿渋染めで美しく染め上げたブラシです。細光峰は、白く光沢があり、コシの強さと独特の柔らかさを兼ね備えています。粉含みも優れており、淡いオレンジ色の夕暮れ時のようなグラデーションを持つ筆は、しなやかで上品です。お肌に触れるととても気持ち良く、仕上がりも満足できる、そんな熊野筆。自分へのご褒美や、友人へのプレゼントにいかがですか。メイクが楽しくなりますよ。



# 暮らしのエッセンス

## 冬の小さな鉢の寄せ植え

玄関周りにお花があると気持ちが華やぎます。小さな鉢でできる寄せ植えに挑戦しましょう。



### ◆ガーデンシクラメンをメインに

今、ガーデンシクラメンが人気です。室内で管理するシクラメンを品種改良したガーデンシクラメンは、耐寒性があるため寒い冬も屋外で楽しむことができます。次々花が咲くので華やか。赤やピンクがおすすです。

### ◆高さを出そう

高さがあると、とても見栄えがします。薄いグリーンのコニファーや、ゴールドクレストなら、少し早いですがクリスマスの雰囲気になります。リボンやオーナメントをつけて、ツリーのように飾っても素敵です。

### ◆主役との色合いを考えて

中段はクリスマスローズやパンジー、ピオラなどを植えるときれいにまとまります。メインの花の色と重ならないように、クリスマスローズなら薄いピンクで濃淡を。パンジー、ピオラの場合は黄色やオレンジ、紫などで華やかさを出しましょう。

### ◆葉の色を工夫する

シルバーの葉があると、グッとセンスアップします。シロタエギクやラムズイヤーなど。そしてヒューケラなどの赤い葉も入れましょう。素敵な寄せ植えになりますね。

# あたまストロッチ

## ●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

## ～突発性難聴～

突発性難聴は突然耳の間こえが悪くなり、日常生活に大きな支障をきたす可能性があります。

### ◆突発性難聴とは？

原因不明の間こえづらさが、主に片耳（両耳はまれ）に突然起こる病気です。一般的に、40～60歳代に多くみられます。聞こえづらさだけでなく、耳鳴りやめまい、吐き気などを伴うケースが多いようです。この症状を繰り返して徐々に悪くなるメニエール病と違い、症状が出るのは1回だけで、繰り返すことはありません。症状が出たら、すぐに耳鼻科を受診してください。

### ◆突発性難聴になりやすい人

突発性難聴の具体的な原因は分かっていません。ストレス過多・過労・睡眠不足・糖尿病の人がなりやすいといわれています。



突発性難聴は誰でも発症する可能性がある病気です。日頃からストレスを溜めない、規則正しい生活を送るなど、生活習慣を見直すことも大切です。

### ◆突発性難聴は早期治療が重要

突発性難聴は、発症後すぐに治療を受けると完治しやすい病気です。突発性難聴と診断されたら、ステロイド薬の内服などの治療を受けます。発症から1週間以内に適切な治療を受けると約40%の人は完治することが報告されています。耳の間こえ方に違和感を感じたら、すぐに耳鼻咽喉科を受診し、適切な治療を受けましょう。

# お取り寄せ倶楽部

小城羊羹 特製切り羊羹  
～佐賀県～



有田焼、伊万里焼など伝統的な陶磁器が有名な佐賀県。そんな佐賀県には、羊羹の老舗が多く集まる羊羹日本一の街と、九州銘菓と名高い羊羹があるのをご存じですか？

羊羹日本一の街小城（おぎ）市にある村岡総本舗の『特製切り羊羹』は、江戸時代から続く伝統製法の羊羹です。北海道産小豆を始め、高級素材の角寒天や糸寒天など、こだわりの素材を使い、丁寧に手作業で作られる羊羹は外側は砂糖のシャリ感、中は

やわらか。種類は粒餡の小倉、こし餡の本煉、白小豆と大手亡豆を桜色に染めた紅煉、きびざとう、大手亡豆に抹茶を合わせた抹茶、青えんどうの6つ。独特の食感と豊かな風味が人気の小城羊羹です。

お問合せ/村岡総本舗オンラインストア  
電話番号/0120-35-8057  
特製切り羊羹3本詰 2,810円(税込)

まちがいさがし答え：①右上のフキダシPOPの位置が違う②犬さんの耳の長さが違う③犬さんのエプロンのポケットの数が違う④「オススメ！」の文字上の花の数が違う⑤左下の平積みした本の数が違う