こんにちは 田島建設です！ 7

シーオルガンの音色

バルカン半島の西、アドリア海に面したクロアチアの古都ザダルに、不思議な音のする海岸があります。打ち寄せる波と風の力によって、海岸そのものが楽器となって奏でられているのです。

「海のオルガン」「シーオルガン」とも呼ばれるその大きな楽器は、一見すると海に続く大理石の階段にしか見えませんが、階段の下には３５本のパイプが埋め込まれていて、全て海に繋がっています。パイプの入り口から海水が入ると、その水圧で内部の空気が階段の最上段に開けられた穴から押し出され、笛のように音を出すのです。パイプの長さや大きさは様々で、波の大きさや風の強さで音色が変わるので、自然に不思議な和音を奏でます。

この壮大なプロジェクトは、クロアチアの建築家ニコラ・バシッチによって造られました。第二次世界大戦で被災したザダルの街は、急速な再開発で美しかった海岸がコンクリートで覆われた殺風景な風景になってしまい、さらにその後のクロアチア紛争によって荒廃してしまいました。シーオルガンは、内戦で失われた命の鎮魂の思いをこめて造られたのです。

パイプの中で生まれる音は、舗道に開いたいくつもの穴から聞こえてきます。海底から聞こえて来るようなミステリアスな、それでいてふわっと包み込むような音。もしかしたら宇宙の彼方から聞こえてくるような、そんな感覚にさえ陥ります。

アドリア海に夕日が沈む頃、どこからともなく人が集まり、赤く染まる海と夕日を見ながら足元から沸き起こる音に耳をかたむけます。白い大理石の階段に座り、自然が織りなす音に浸りながら、時間を忘れて聴き入るひと時…。自然の和音に思いを馳せる真夏の夕暮れ時です。

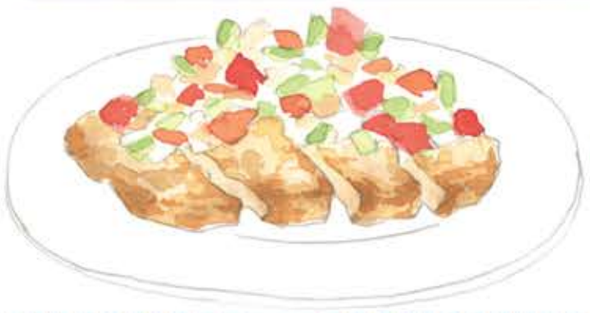
自家製サルサソースのポークソテー

あなたとこんすてきにごはん

材　料（2人分）

- トマト　2コ
- 玉ねぎ　1/4コ
- ピーマン　1コ
- 厚切り豚ロース肉　2枚
- 塩こしょう　少々

Ⓐ
- にんにくチューブ　2cm
- ケチャップ　大1
- レモン汁　大1
- 塩　小1/2
- ブラックペッパー　少々
- タバスコ　少々



❶ トマトは1cm角に、玉ねぎとピーマンは粗みじん切りにする。玉ねぎは水に数分さらしたら水気を絞る。

❷ ボウルにⒶと①を合わせたら、冷蔵庫で2時間冷やす。

❸ 筋切りした豚肉に軽く塩こしょうし、フライパンで両面焼いたら食べやすい大きさに切り、皿に盛り、②のサルサソースをかけて出来上がり。

Health Point

トマトのリコピンは紫外線ダメージ対策に。豚肉のたんぱく質とともに夏を元気に乗り切る一皿です。

今どきリフォーム事情　～ 洗面台を新しく ～

洗面化粧台は、使いやすさと見た目、清潔感が進化し、年々スタイリッシュになっています。リフォームで毎日の支度をさらに心地良くしませんか？

■最近の洗面化粧台

最近は、ミラーと下台が別々になっているタイプや、カウンターにボウルが埋め込んであるタイプ、壁から水栓が出ているタイプなど様々な洗面化粧台が出ています。人気のデザインは、鏡が収納式ではなく壁についているすっきりとしたタイプで、下台はカウンター型、下の収納もカウンターのみでオープンになったタイプです。オープン収納だと、カゴにまとめておくと、すっきりとした印象になります。さらに、水栓が壁から出ていると、水道周りのお掃除もしやすくなります。

■手洗いを新設する

最近は、玄関近くや廊下に手洗いを設置するお家が増えてきています。帰宅してすぐに手を洗えますし、お客様が来られた時にも、洗面所や脱衣所に入っていただかなくても手洗いができます。専用の小さな手洗いも種類が増えてきています。

■ミラーだけを新しくしても

洗面化粧台のミラーは、プラスチックで作られていることが一般的です。プラスチックだと、気が付かないうちに日焼けしていたり、化粧品などの汚れがついて落ちなくなっている場合もあります。ミラーを新しくするだけでも、洗面所が明るくなります。

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）

株式会社水鳥工業
mizutori下駄
hitete（ハイテテ）４.５

風が通り抜ける下駄は、足元を軽やかにしてくれ、見た目も涼し気です。
でも、普段使いには合わないと思っていませんか？ 今回は、洋装にも合い、足裏にフィットする心地よいオシャレな下駄をご紹介します。夏の外出を快適にしてくれる一足です。

【築き上げた技術で唯一無二の下駄】

株式会社水鳥工業は1937年創業の静岡県の老舗下駄メーカー。1993年にmizutoriブランドを立ち上げ、伝統と職人技を融合させた現代的で履き心地の良い下駄で知られています。創業時は下駄の木地を作っていましたが、時代の変革と共に、サンダルへ移行し、靴へ。平成元年頃から、サンダル・靴の中底づくりの技術を生かし、足裏にフィットする新しい下駄の販売をスタートさせました。
デザイナーや作家、地域産業等との共作等、新たな発想に挑戦し続けています。

【歩きやすく美しいヒールタイプの下駄】

下駄とサンダルの良いとこどりのhitete（ハイテテ）シリーズ。中でもヒールが４.５cmタイプは安定感があり歩きやすく人気です。つま先部分の木地は鼻緒を掴みやすく、土踏まずのアーチは足裏にフィットし、前ツボと鼻緒にクッション材が入っています。足が痛くなりにくく、心地よい履き心地になるように工夫されています。鼻緒の柄は、華やかでクラシカルなものから、シンプルモダンなものなど多種多様。サイズはＳＳ～３Ｌと幅広く、何足も集めたくなりますよ。
暑い夏を足元から涼しく、そして和装にこだわらず洋服にも積極的に合わせて、新しいファッションを楽しんでみませんか？

暮らしのエッセンス

フェイクグリーンで涼しく

グリーンでお部屋の涼しさを演出。気軽に使えるフェイクグリーンで飾ってみましょう。

◆鉢植えをそのまま

近年のフェイクグリーンは、本物と見間違うほど進化しています。鉢に植わったフェイクの観葉植物を置くだけで、お部屋の雰囲気が変わります。素敵なお部屋をフェイクグリーンで作って、暑い夏を乗り切りましょう。

◆垂れ下がるグリーン

窓際や棚の上、天井などからフェイクグリーンを垂らすと、とてもオシャレなお部屋になります。アイビーやポトス、グリーンネックレスなどがおすすめです。水やりがいらないので、高い場所でも気軽に飾れます。

◆ガラスの花瓶に

高さが３０ｃｍくらいのガラスの花瓶の底にビー玉を敷き詰めて、花瓶の２倍くらいの長さのフェイクグリーンを入れます。ビー玉の重さで花瓶が安定します。見た目も涼しそう。ドウダンツツジやニューサイランなどがおすすめです。

◆涼しいアジアンタム

アジアンタムの葉は夏にピッタリ。口が広く背の低い花器に、アジアンタムや南国風のグリーンを入れてみましょう。風にゆらゆら揺れるアジアンタムがとても涼しそうです。

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けられるかな？

答えはページ下にあるよ！

Healthy de Happy

～全身性強皮症～

全身性強皮症は、皮膚や内臓が硬くなる病気です。
男性と比べると、女性に多く見られます。

◆全身性強皮症とは？

難病指定されている病気のひとつです。①免疫異常、②線維化、③血管障害などの３つの異常と深い関連性があると報告されていますが、原因は複雑ではっきり分かっていません。完治する薬は今のところありませんが、ある程度の効果を期待できる治療法は開発されつつあります。

◆全身性強皮症かもしれないと思ったら？

全身性強皮症の患者さんの半数以上で、最初の症状となるのが「レイノー症状」です。
レイノー症状は、冷たいものに触れた時に、手指が突然、白や紫色に変化する症状で、冬に多く見られます。

また、手指が腫れぼったく感じたり、手のこわばりを感じたり、今まで入っていた指輪が入らなくなったりすることで気付くこともあります。

全身性強皮症では、発症から５～６年以内の早期に皮膚硬化の進行や内臓病変が出現することが多く、初期にできるだけ早く治療を開始し、進行を抑えることが大切です。そのため、手指のこわばりや変色など初期のサインを見逃さないことが重要です。レイノー症状や手のこわばりなど、気になる症状がある場合は、自己判断せず、リウマチ科などの専門医に早めに相談しましょう。

お取り寄せ倶楽部

黒豚みそ ～鹿児島県～

海や島、火山に高原と多彩な自然に恵まれ、その豊かな自然に育まれた食が魅力の鹿児島県。特産品の黒豚も有名ですが、その黒豚を使った郷土みそはご存じですか？
キンコー醤油の『黒豚みそ』は、鹿児島県産の黒豚肉と自社製の麦みそ、黒砂糖を使用した味わい深いおかずみそです。豚みそは、昔から鹿児島の家庭料理で、家の数だけ味があると言われています。従来はミンチ肉を使用するのが一般的ですが、キンコー醤油の黒豚みそは、スライス肉がゴロッと入っており、食べ応えも抜群。食欲をそそる味噌の香りと黒豚の深いコクがたまらない、ご飯のお供にも、炒め物の調味料としても重宝する黒豚みそをぜひお試しあれ！

お問合せ／キンコー醤油㈱ネットショップ
電話番号／０１２０－１１－５２０１
黒豚みそ（１５０ｇ）１瓶６２６円（税込）

まちがいさがし答え：①ヒマワリの数が違う②カーテンがない③扇風機のボタンの数が違う
④机の上のスプーンの向きが違う⑤真ん中にある箱のアイスの量が違う