こんにちは 田島建設です！ 9

長月の夜を楽しんで

まだ暑い日が続きますが、夜は涼やかな風が吹き抜けます。９月は和名で「長月」。秋の気配を感じる季節になりました。

風流な日本古来の和名ですが、長月の語源は、日が暮れるのが早くなり夜がどんどん長くなることから、「夜長月」と言われていたのが長月になったという説や、稲穂が長くなることから「穂長月」と呼ばれていた説など諸説あります。

稲穂に似た植物といえばススキです。ススキはイネ科の一種で、稲穂が垂れ下がる姿に似ていることから、お月見に飾られるようになりました。そして、ススキの穂は細く柔らかな繊細さがあり夜風に揺れる穂は穏やかな空間を作り出してくれます。

そんな風情のある長月の夜を楽しんでみませんか？

まずお部屋にススキを飾りましょう。ススキはすぐに穂がふわっとなってしまい、なかなか飾るのが難しいですが、飾る前にしっかりと水切りをすると、きれいに飾れます。酢の香りがするくらい多めに酢を入れた水の中にススキの茎を入れ、水の中で茎を２回ほど切ります。茎の中に空気が入らないようにするのがポイントです。１時間ほど酢水に浸けて、花瓶に移します。穂がつやつやしてきれいです。菊や彼岸花などと一緒に飾ってみましょう。

長月は秋の夜長。食後に甘いものもたまにはいいですね。最中や団子など、冷えた麦茶や抹茶といただくのも夜の楽しみです。灯りを少し暗くして、お部屋から見える月をぼんやり眺める時間…。明日からの活力になります。

風流に過ごす長月の夜。ゆったりとした時間をどうぞ。

カンタンとろろ丼

材　料（2人分）

・ごはん	どんぶり２杯	・塩昆布	大２
・きゅうり	１本	・めんつゆ(３倍濃縮)	小１
・長芋	100g	・卵黄	２コ
・大葉	４枚		
・梅干し	１コ		

あなたとこんすてきにごはん

❶ きゅうりは5cm程度の長さに切り、長芋は皮をむいて袋に一緒に入れ、めんぼうで細かくなるまで叩く。

❷ タネを取った梅干し、塩昆布、めんつゆを加え、梅干しをつぶすようにして揉み込む。

❸ 丼にごはんをよそい、ちぎった大葉と②を盛り、卵黄を乗せてできあがり。

Health Point

長芋は消化を助け、弱った胃腸をサポート。夏の疲れが残る初秋にやさしい一杯です。

今どきリフォーム事情 ～ リフォームの進め方を考えよう ～

いつかリフォームをしたいけど、いつから始めるか悩んでいたり、先延ばしになっていたりしませんか？

■リフォームの時期は？

日々物価も上がり、建築コストが上昇している昨今。いつかリフォームをするなら、早めがおすすめです。快適な家に住める時間がそれだけ長くなります。まずは、基本的なスケジュールを考えましょう。最初に始めるのは、情報収集と要望を書き出すことです。最近では、ネット上に色々な家の写真が載っています。リフォーム後に後悔しないためにも、あらかじめ好きな雰囲気、やりたいことなど、色々な家の事例を見て、リスト化しておきましょう。

■工務店選びはどうする？

おすすめは現在の家を建てた工務店やハウスメーカーです。家の状況や図面などがわかっているので、話がスムーズに進みます。繋がりがない場合は、近隣の工務店に相談できるといいですね。最近では、ＳＮＳやホームページなどで事例を紹介しているところも多いので、そういった事例を参考に選びましょう。まずは気軽に相談から始めて、対応が良ければ見積などを依頼するといいでしょう

■いつまでに完成させたい？

リフォームをすると決めたら、いつまでに完成させるかを計画しましょう。時期を決めて進めていくことで、次に決めることが明確になっていきます。

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～）

印傳屋
束入（たばいれ）S
[紺地×グレー漆×花唐草]

甲州（現在の山梨県）が誇る、日本の伝統工芸品「印伝（いんでん）」をご存じですか？
柔らかく丈夫な鹿革に漆で模様付けしたもので、歴史は古く日本書紀にも記録があるほどです。
そんな印伝のお財布を愛用してみませんか？

【古典的なのに新しい「甲州印伝」】

鹿革は、軽量で手触りが良く耐久性も優れていることから、古来より生活の道具や武具に使用されていました。特に甲州で発展し、武田信玄も甲州印伝を愛用していたと伝えられています。１５８２年創業の印傳屋は、甲州印伝の技法を代々家長のみが受け継いできた老舗です。一つひとつ心をこめて、親から子へ、大切な人へと長く愛される商品を誠実に作り続けています。匠の技法はもちろん、職人が丁寧に修理もしてくれるため、安心して長く愛用できるのも魅力です。伝統的な文様を始め、期間・数量限定の柄やアーティストとの融合作品など、伝統に新たな息吹を吹き込んでいます。

【気品をまとう大人の長財布】

印傳屋の定番アイテムの長財布「束入」。長寿や繁栄を象徴する唐草を、華やかにアレンジした花唐草は人気柄の一つです。紺地の鹿革に花唐草を漆付けした長財布は、艶やかで上品な仕上がりです。開閉部はホック止め、内側に２つの札入れと１２個のカードポケット、外側にＬ字ファスナーポケットを持ちます。サイズはＨ９.５×Ｗ１９×Ｄ４ｃｍ。

他にも、二つ折り財布・バック・ポーチなどもあります。様々な模様や色があるので、お気に入りを見つけて、伝統の逸品を身近に感じてみてください。

暮らしのエッセンス

灯りを楽しむ

風が少し涼しくなりました。お月見の季節ですね。
お部屋の中もいろんな灯りで楽しみましょう。

◆落ち着く丸い灯り

この季節は、丸い灯りを飾りたくなりますね。テーブルの上に置けるボールランプはお月様のようで、なぜか心が落ち着きます。台がついたものや、ボールのようにコロンと床に置くタイプもあります。

◆トルコ製モザイクランプ

トルコの伝統的なモザイクガラスのランプは、エキゾチックな雰囲気を醸し出してくれます。赤や緑、青、黄色の鮮やかなモザイクガラスに光が通ってとてもきれいです。寝室やリビングに置くと、異国情緒豊かな空間に。

◆廊下にフロアランプ

廊下の隅に、床に置いて使用するスタンド型のフロアライトを置いてみましょう。竹や籐のものにすると、バリ島のスパのような雰囲気で、廊下を歩くと心がワクワクします。

◆和紙のペンダントライト

和室には和紙のペンダントライトはいかがですか？丸い形に和紙を貼り付けたシェードは、空間を和モダンに演出してくれます。和紙からこぼれる柔らかい光に癒されます。

秋の夜長にお好みの灯りを楽しみましょう。

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

～帯状疱疹（たいじょうほうしん）～

帯状疱疹にかかったら、72時間以内に医療機関を受診するのが大切です。後遺症の発症リスクを低下させることが出来ます。

◆帯状疱疹とは？

「帯状疱疹」は、過去にかかった水ぼうそう（水痘）ウイルスが、加齢や疲れなどによって再活性化することにより発症します。神経に沿って、痛みを伴う水ぶくれが体の片側に帯状に出現するのが特徴です。５０～７０歳代に多くみられる病気ですが、若い人でもストレスや過労などによる免疫力の低下が原因で発症します。合併症として知られるのが、「帯状疱疹後神経痛」で、皮膚の症状が治った後も神経痛が残り続け、生活に支障をきたす場合もあります。

◆ワクチン定期接種スタート

帯状疱疹の発症や合併症を防ぐにはワクチン接種が有効です。２０２５年度から、６５歳を迎える方などを対象に、帯状疱疹ワクチンの定期接種が開始されました。帯状疱疹ワクチンには、生ワクチンと組換えワクチンの２種類があり、どちらも予防効果が認められています。生ワクチンは皮下に１回接種、組換えワクチンは筋肉内に2回、２ヵ月以上の間隔をあけて接種します。
発症予防効果は、接種後５年時点で組換えワクチンが９割以上と報告されており、生ワクチンの４割程度より高い効果が示されています。過去に水ぼうそうや帯状疱疹にかかったことのある方も、定期接種の対象です。

お取り寄せ倶楽部

月でひろった卵 ～山口県～

三方が海に面し、日本三名橋のひとつ錦帯橋や、日本最大級のカルスト台地の秋吉台など見どころ満載の山口県。そんな山口県を代表する銘菓をご存じですか？
創業１００年を超える老舗菓子店あさひ製菓果子乃季の『月でひろった卵』は、山口県琴石山から汲み出した名水を使ってふんわりと蒸したカステラ生地に、カスタードクリームと刻み和栗が入った美味しいお菓子です。

口当たりが軽く、卵の香りいっぱいの生地に、地元山口県の牛乳を使用したミルキーでなめらかなカスタードクリーム、風味豊かな国産の刻み和栗が心地よいアクセントの本商品は、優しい味わいで誰からも愛される、山口銘菓購入率ナンバー１を誇る銘菓です。

お問合せ／果子乃季オンラインショップ
電話番号／０１２０－０７５－７１１
月でひろった卵８個入…２,０００円（税込）

まちがいさがし答え：①月にいるウサギさんの位置が違う②ペンギンさんの服の飾りが違う③左上の雲の長さが違う
④ペンギンさんが持っている団子が違う⑤左下の皿の形が違う