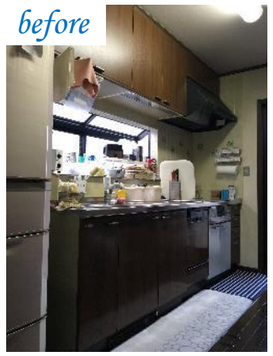
SEKITA's reform

キッチン&洗面化粧台　リフォーム

築20年以上のお宅のキッチンと洗面化粧台をリフォームしました。

キッチン
【LIXIL:リシェル】
洗面化粧台
【LIXIL:LC(エルシー)】

before



after

調子の悪くなった換気扇とIHヒーターも交換して、毎日のお料理がより楽しく!

after

ここに注目!!
洗面パネルは、マグネットが付けられるホーロー製。
ホーロー製なのでお手入れラクラク。
マグネットで壁面収納できるので、生活スタイルに合わせて、カスタマイズOK。

かんたん手芸教室

「折り紙あそび」
part2
持ち物:　はさみ

■ 4月2日(火)
10:00 ～ 12:00
参加費:100円

※内容は変更になる場合がございます。

注文住宅・リフォームのことならせきたにお任せください。ゼロエネルギー住宅を建築する工務店です

有限会社 アドバンス せきた

神奈川県小田原市下大井 393-3
TEL : 0465-39-1238　FAX: 0465-39-1228
URL : http://www.advance-sekita.com/

アドバンスせきた
ホームページ　QRコード

T-POINT
当店で
Tポイントが
貯まります。

Vol.92
2019.04

住まいのかわら版

お茶の時間を豊かにしてくれる紅茶をもっと知りましょう

ひとことで「紅茶」といっても、さまざまな種類があります。淹れ方ひとつでおいしさもぐんとアップしますよ♪

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「紅茶をもっと知ろう」です。

お茶の時間を豊かに演出する紅茶。抗酸化作用のあるポリフェノールを含み、最近はインフルエンザ予防に有効だといわれ、その良さが再認識されています。そんな紅茶ですが、さまざまな種類があります。代表的な品種の特長を紹介します。

種類が豊富!お気に入りを見つけて♪

・ダージリン…香り高く、コクのある味わいが特長。季節ごとに味わいが異なるのも魅力の一つです。春摘みは緑茶にも似たさわやかさがあり、夏摘みは味・コク・香りがしっかりしていて、飲みごたえがあります。秋摘みはコクに加え、甘みとまろやかさがあり、こちらはミルクティーにするのも良いです。

・アッサム…コクのある濃厚な味わいのアッサムは、春先から秋に収穫されます。初夏に摘まれたものはストレートはもちろん、ミルクティーが特におすすめ!

・セイロン…コク・渋みのバランスが良く、ポピュラーな茶葉。気軽に楽しむのに最適です。産地によってわけられいくつか種類があります。「ディンブラ」はしっかりとしたコクと渋みが特長。ほかに、渋みが少なく、さっぱりとした味わいの「キャンディ」や、さわやかな香りとすっきりとした渋みの「ウバ」など、同じ品種でも味わいが多彩なのも魅力です。

飲みやすいセイロンはアイスティーやフルーツティーにもぴったり♪

・アールグレイ…フレーバーティーの代表格。ダージリンやセイロンの茶葉に柑橘系のベルガモットのフレーバーをつけた茶葉。香り高いので、アイスティーにもおすすめです。

美味しさを引き出す淹れ方とアレンジ

リーフティーの淹れ方を紹介します。軟水が最適なので、水道水でOK。おいしさのポイントは、沸騰したてのお湯を高い位置から勢いよく注ぎ、茶葉をティーポット内で踊らせること。注いだらフタをして3分ほど蒸らし、カップに注ぎましょう。

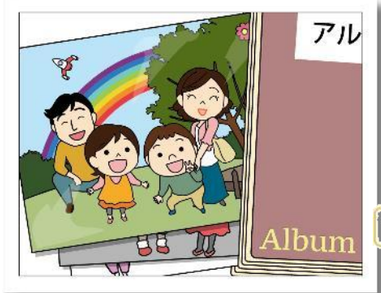
ティーバッグは、カップに入れてそのままお湯を注ぐのはNG!沸騰したてのお湯をカップに注ぎ、ティーバッグを入れ、受け皿などでフタをして蒸らすことで、リーフティーのような高い香りとコクが楽しめます。

ポットやカップはあらかじめ温めておきましょう

ミルクティーは、アツアツの紅茶をカップに入れ、少量の牛乳を注げばできあがり!ミルクは冷蔵庫から出したばかりの牛乳ではなく、一度ピッチャーなどに入れて常温に近いものを!紅茶の風味を損ねにくい「低温殺菌牛乳」がよりおすすめです。

ロイヤルミルクティーは、紅茶を牛乳で煮出してつくりますが、電子レンジでもできますよ。先に牛乳を1分ほどチン。ほんのり温かい程度でOKです。カップに熱湯を注ぎ、ティーバッグ2袋を入れ、フタをして1～2分蒸らします。ティーバッグを入れたまま、温めた牛乳を加えて再びフタをして1～2分蒸らせば完成!ここにキャラメルシロップを加え、ホイップした生クリームを上に乗せれば、キャラメルティーラテにも♪ぜひ、お試しください。

茶葉の量やティーバッグに対してのお湯の量、蒸らす分数はパッケージを参考にしてくださいね



頭の体操!間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さぁ!チャレンジしてみてね!

« 発行 »
㈲アドバンスせきた
小田原市下大井393-3
Tel : 0465-39-1238

バスタイムを活用！

つらい花粉症を乗り切る！

住まいの快適レポート

今年は花粉飛散量が例年より多いとの報告も。
あの手この手で、対策を講じている方も多いはず。
毎日お風呂に浸かって、花粉症ケアを実践！

花粉を洗い流す

花粉が原因となって、くしゃみや鼻水などのアレルギー症状を起こす花粉症。外出先から帰宅したら、まずはお風呂で身体についた花粉を洗い流すことが先決。最初は洗髪、それから身体へとシャワーを浴びてからお風呂に浸かるように。

ぬるま湯に浸かる

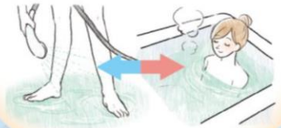
42度以上の熱いお湯に浸かるとアレルギー症状を引き起こす体内の化学物質ヒスタミンが過剰に反応すると言われています。38～40度くらいのぬるめの湯に10分程度浸かるのがベスト。

意識的に湯気を吸う

鼻腔内の温度と湿度を高くするとアレルギー性鼻炎の症状緩和に役立つそう。お湯をはるときはふたを開けて浴室内を湯気で充満させ、湯気を吸いましょう。さらに湯船に浸かって、お湯に浸し、絞ったタオルを鼻にあてて呼吸を数回繰り返すと、鼻とのどの保温・保湿に最適。

温冷交代浴

アレルギー性鼻炎の症状は自律神経と関係が深いと言われ、入浴は自律神経のバランスを整えるのにおすすめ。なかでも温冷交代浴は優れた力を発揮！　ぬるめのお湯に3分浸かり、手足に20度くらいの冷水をかける、これを交互に数回繰り返して。



アロマを活用

清涼感のある香りのユーカリやペパーミントのエッセンシャルオイルをお風呂に数滴垂らして、アロマバス入浴を。鼻も気持ちもすっきりして、リラックス度アップ。

イマドキトピックス

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

かわいくて便利！ネット状のバッグが人気

100円ショップでも見られるネット状のバッグ。実は手軽にいろいろと使えて便利！ 見た目もシンプルでおしゃれだと、人気を集めています。たとえば、子どものおもちゃをざっくり入れたり、玄関で子どものサッカーボールなど外遊びの道具を入れて壁にかけることもできますし、夏はビーチボールなど水遊びグッズを入れて持ち運んだりと使い方もさまざま。網状で通気性が良くムレないので、濡れたものを入れても安心。そのまま持ち運べます。その通気性の良さを活かして、じゃがいもや玉ねぎなどの野菜を入れておくのもおすすめ！ キッチンの壁にかければ、見た目もおしゃれですよ。また、1度着て、まだ着られる洋服の一時保管にもおすすめ。子どもが脱ぎ散らかしがちなパジャマも、それに入れるようにすれば、子どもでも簡単にできますね。

オーバーツーリズムとは？

今、たくさんの外国人観光客が日本を訪れています。日本の良さを多くの人が体感し、外国人が発信する日本の良さに、改めて気づかされることがあるのも、すばらしいことですね。しかし、京都や鎌倉など、人気観光スポットに、その地が耐えられないくらいに観光客が押し寄せる、「オーバーツーリズム」によって、地元の人の日常生活に支障をきたすといった問題もあるのだそう。たとえば、交通渋滞や駅の混雑がひどく、通勤や通学に影響を及ぼしたり、激しい混雑によって、日常の買い物などがしにくくなったり、一部の観光客によるゴミ捨てのマナーの悪さから道などが汚れ、必要以上の清掃をしなければならないなど。これからさまざまな対策が必要だといわれています。外国人観光客に対する問題だと思われがちですが、国内や海外の有名観光地へ旅行することを考えると、他人事ではありません。私たちも旅行する際のマナーには気をつけたいものですね。

エコファーのお手入れ

ポリエステルなどでできた毛皮のような素材が、今「エコファー」として人気。マフラーはもちろん、アウターのフードなどの一部に使われるファーもこのタイプが多いです。値段が安価で風合いも良く、動物愛護の観点から、海外女優などが積極的に取り入れているのも人気の一因です。お手入れの基本は、毛並みを静電気が起きにくい木製のブラシで軽く整えれば OK。洗濯表示を見て、洗えるものはクリーニングに出すか、おしゃれ着洗い用洗剤で押し洗い&すすぎ後、タオルなどで水気を取って、平干しを。毛並みのふわふわ感がなくなったら、ドライヤーを離してあてると復活します。濡れたら、タオルで包み込むようにして水分を取り、自然乾燥かドライヤーを離してあてます。しまうときは、余裕を持たせて掛けると、ふわふわ感が持続しますよ。

間違いさがし答え：①写真の枚数　②ロケット　③お父さんの目　④花　⑤お母さんのバッグ

お手入れの季節は今！ アレンジも自在に

愛らしい多肉植物を育ててみよう

世界各地の砂漠など厳しい環境に生育する多肉植物。独特のユニークな外観から、ガーデニングのアクセントとして、また屋内では観葉植物としても大人気です。丈夫な上に手間もかかりませんので、この春、はじめてみてはいかがでしょう。

多肉植物の基礎知識

多肉植物は、本来の厳しい環境では、雨季に葉や茎などにしっかり水分を吸収し、乾燥している時期は蓄えた水分で生育します。このため、よい環境で年中水や肥料を与えれば、どんどん大きくなってしまいます。逆に、水分や肥料をあまり与えなければ成長を抑えられますので、好みのサイズに自分で調整することができるのです。

育てるには水はけのよい土を選んで。寄せ植えも簡単です。市販の人気の品種の大半は夏によく育つので、春から夏にかけてのこの季節がアレンジに最適。特に難しい技術はいりません。お好みのカット苗を自分のセンスで配置してください。

寄せ植えのポイント

カット苗を植えるには

カットしたばかりの苗を風通しのよい日陰で1ヵ月ほど乾燥させれば、根が出てきます。茎から自然に落ちた葉も、同様に乾燥させると端から根が出て簡単に移植できるようになります。

成長後の姿はさまざま

濃淡がはっきり分かれる色の組み合わせはメリハリが利いてきれいにまとまります。縦に伸びるもの、地を覆うもの……、それぞれの成長後の姿をイメージして組み合わせてください。

暮らしのレシピ

パーティにもぴったり ライスサラダ2種

定番レシピとエスニック風の2種をご紹介します。

ベーシックな彩りライスサラダ

▼材料（2～3人分）

米……1合　パプリカ（黄）……½個
きゅうり……½本　新たまねぎ……½個
トマト……½個　セロリ……½本
ハム……4枚　プロセスチーズ……60g
【ドレッシング】
オリーブオイル……大さじ2
ワインビネガー……大さじ2
塩……少々　こしょう……少々

▼作り方

❶米は通常の水加減で炊き上げる。

❷パプリカ（黄）、きゅうり、トマト、セロリ、プロセスチーズ、ハムは1cm角にカット。新たまねぎは1cm角にカットしたあと軽く塩（分量外）で揉み、さっと水にさらす。ドレッシングの材料は合わせておく。

❸炊き上がった米をボウルにあけてドレッシングと和え、よく冷ます。

❹カットした材料を加えて混ぜ合わせ、皿に盛る。

ターメリックとツナのライスサラダ

▼材料（2～3人分）

米……1合　ターメリック……小さじ½
塩……少々　バター……10g
新たまねぎ……¼個
パプリカ（赤）……1個　ピーマン……1個
黒オリーブ……5個　ツナ缶……1缶
【ドレッシング】彩りライスサラダと同じ

▼作り方

❶ターメリックと塩を加え、通常の水加減で米を炊き上げる。

❷新たまねぎは薄切り、パプリカ（赤）、ピーマンは1cm角にカット、黒オリーブは輪切りにする。ツナ缶は油を切り、ドレッシングの材料は合わせておく。

❸炊き上がった❶にバターを加えてよく混ぜあわせ、ボウルにあけて冷ましてからツナを加える。

❹カットした野菜と黒オリーブを加えてよく混ぜる。食べる直前にドレッシングを和え、皿に盛る。

暮らしのヒント　観葉植物　飾り方のポイント

生活に彩りを添えるさまざまなグリーン。おしゃれに飾るためのコツ

小さなサイズの鉢は棚や窓枠などにさりげなく。あえて不揃いな小サイズの鉢を一ヵ所に集めて飾るのもおしゃれです。そのまま床に置くのはNG。大きな鉢は1つでも抜群の存在感。それだけで雰囲気をがらりと変えてくれますので、動線の邪魔にならない部屋の角などにシンボルツリーとして設置してみましょう。

暮らしのワンポイント

室内干しの後はお部屋のアフターケアを忘れずに

梅雨を迎える頃になると、つい洗濯物を室内干し!?　でも……

天気の崩れやすい梅雨時は、つい室内に洗濯物を干してしまいがちです。でも、ちょっと考えてみてください。室内干しをすると、洗濯物の水分がすべて水蒸気になってお部屋の中に放出されるのです。この湿気はクロスの劣化やカビ、ダニの原因になってしまいます。室内干しの後は必ず換気やエアコンのドライ運転で、お部屋のケアを心がけて。