

# 住まいのかわら版

発行  
(有)アドバンスセきた  
小田原市下大井393-3  
Tel : 0465-39-1238

## ほうじ茶を楽しみませんか？

地味なイメージのほうじ茶ですが、香りが良く、リラックスできます。アレンジもできるので、ぜひ楽しんでみてください。



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「ほうじ茶」です。

地味なイメージのほうじ茶ですが、今や、大手カフェチェーンなどでほうじ茶ラテが登場。タピオカドリンクにもほうじ茶ラテタイプが出るなど、ここところ、ほうじ茶がちょっとした人気に。カフェインが少ないので、小さい子どもや妊婦さんなど、幅広く楽しめますし、香ばしい香りや、テアニンという成分がリラックスをもたらすので、夜寝る前にほっこりするのにもおすすめです。

### 淹れ方は単純明快！ 自家製もできますよ

そもそもほうじ茶は、番茶など緑茶葉を深い茶色になるまで煎ったお茶のこと。淹れ方もとっても簡単です。急須の大きさによって、ティー Spoon 2〜3杯のほうじ茶葉を入れ、沸騰したての熱湯をお好みの量注ぐだけ！30秒ほど置いてから、



さっぱりとした飲み口なので、脂っこい食事の後にも良いですね！

湯のみなどに注げば完成です。また、緑茶葉があれば、おウチでつくることもできますよ！

ためにも3日〜1週間程度で飲み切ってくださいね。

### 人気のラテや料理に アレンジしてみましょう！

ちよっと人気のほうじ茶ラテも家でつくってみましょう！  
鍋に30〜40ccのお湯を入れ、ほうじ茶の茶葉を入れて濃めに煮出します。そこへ牛乳をお好みで50〜100ccを加え、沸騰しないように鍋をゆらしながら温める。砂糖をお好みの量加え、かき混ぜて茶葉を濾せば出来上がり！  
牛乳を豆乳に変えても良いですし、ラテの上に泡立てた生クリームを乗せれば、見た目も豪華でちよっとぜいたくな気分になります。また、濃いめのほうじ茶ラテと氷を一緒にミキサーにかければ、ほうじ茶フラペチーノに



ほうじ茶ラテはティーバッグを使う場合、糸を切って鍋で泳がせるように煮出すと良いですよ

お料理に活かしてみるのにもおすすめですよ！  
簡単なのはゼリー。ほうじ茶が温かいうちに砂糖と水でふやかしたゼラチンを入れて溶かし、器に注いで冷蔵庫で冷やせば完成！こちらも生クリームやアイスクリームをプラスして楽しめますよ。  
また、ホットケーキミックスと牛乳、卵にほうじ茶を加えて焼けば、

もなります！自分流にアレンジして楽しめるのも良いですね。



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箇所あります。さあ！チャレンジしてみてくださいね！



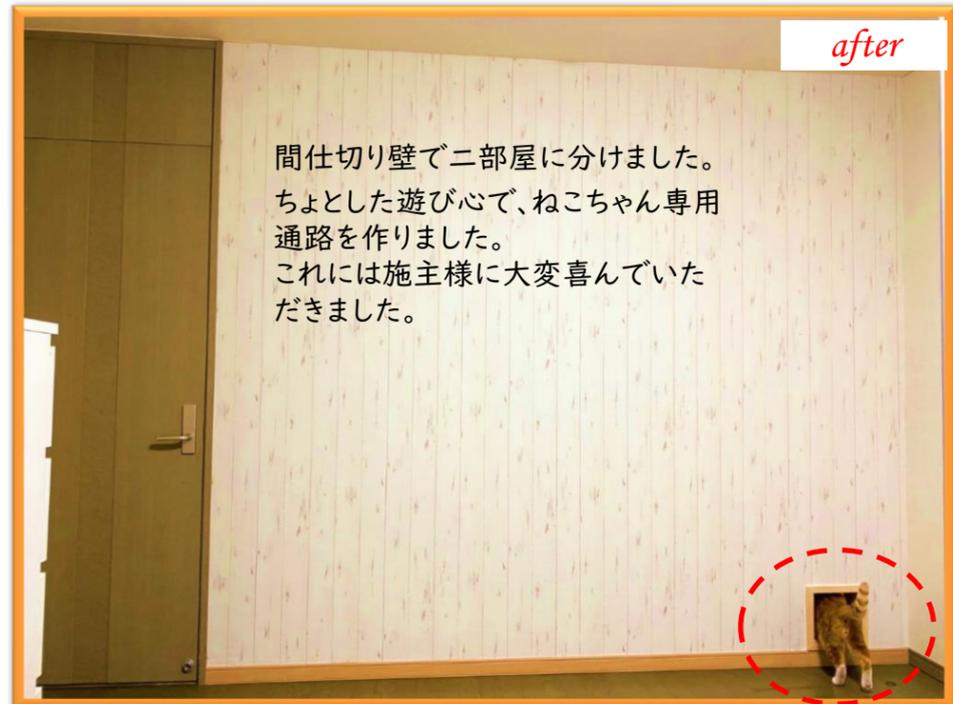
## 人も猫も大満足！ 間仕切壁を設置しました



before



after



after

間仕切り壁で二部屋に分けました。ちょっとした遊び心で、ねこちゃん専用通路を作りました。これには施主様に大変喜んでいただきました。



before



after

併せて、既存のウッドデッキを撤去して、目隠しと通気性の両方を兼ねたフェンスを設置。杉板に防腐処理を施し、現場で編み込みました。

## サークル せきた

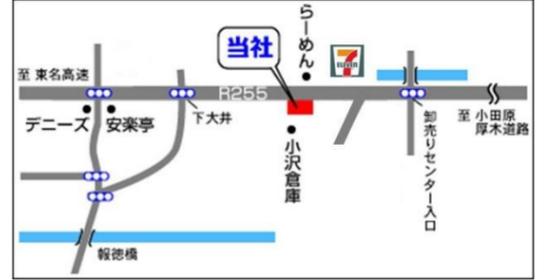
かんたん「刺しゅう」  
持ち物：裁縫道具  
あつたら刺しゅう枠

4月7日(火)  
10:00 ~ 12:00  
参加費：500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



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/



アドバンスセきた  
ホームページ QRコード



当店で  
Tポイントが  
貯まります。



材料はお好みで調整してくださいね

ほうじ茶がほんのり香るホットケーキの出来上がり！ほうじ茶を入れることで甘みを少しプラスしたほうが良いので、お砂糖を調整して加えてみてください。  
ほうじ茶を使った煮豚もおすすめ！豚ブロック肉にフォークで適当に穴をあけ、表面に焼き色をつけたら、ほうじ茶としょうゆ、みりん、酒を肉がひたひたになる程度に入れて煮ればOKです。ぜひお試しください！

# ご存知ですか？

## 4月の月の和名は卯月

学校や会社など、新たな環境でスタートを迎える4月。希望いっぱいの時期ですね！

4月の和名は「卯月」。日本には、このような美しい別名があります。卯の花が咲く月なので、そう呼ばれています。ほかに、苗を植える月なので「植月（うえつき）」、「種月」と書いて「うづき」と呼んだり、「田植苗月（たうえなへづき）」が転じて「卯月」になったという説もあります。

ちなみに、季節の変わり目となる3月終わりから4月初旬に降る長雨を「菜種梅雨（なたねづゆ）」といいます。

新生活、がんばるぞー！



主な季語は、新社員、晩春、風光る、春の宵など。ほかに、清明（4月5日ごろのことで大地も空も清々しい空気にあふれていること）もあります。

ピンクのランタンキュラスは「飾らない美しさ」



### ほかの季節名が入る異称

4月の異称には、他の季節の名前が入るものがあります。たとえば「夏初月（なつはづき）」は、旧暦4月の異称で、旧暦の夏は4月から6月を指していたことで、夏の初めの月ということに由来しています。「孟夏（もうか）」も同様で、「孟」が「初め」という意味から来ています。まだまだ肌寒い日も続きますが、昔は夏のはじまりだったのですね！

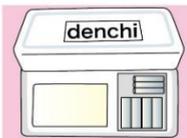
4月の花は、「ランタンキュラス」（全体的な花言葉は華やかな魅力、紫は幸福）、ライラック（友情）、ローズマリー（思い出）などがあります。

## 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！

### 100円ショップの粘土ケースが使える！

様々な収納アイテムがそろった100円ショップですが、粘土ケースが小物の収納に使えると話題です。粘土ケースというと、子どもっぽいデザインを想像しますが、無地の白いものなどシンプルなものも多いので、使いやすいです。入れるものは、電池や文房具のストック、ドライバーなどのちょっとした工具や、バラバラになりがちなお子さんの色鉛筆などをひとまとめにするのもおすすめ。キッチンでは、かわいいピックやおかずカップといったお弁当用のアイテムや、ストローや割りばしの収納にも重宝します。適度な大きさがあるので、マスク入れや髪留めなどをひとまとめにもできて、とても便利。シンプルなデザインを活かして、ふたの面にデコレーションシールを貼ったり、ラベリングをすると見た目も素敵になり、より楽しく使えます。



### フリースの洗濯の仕方

寒暖差が激しい時期など、まだまだ大活躍のフリース。せっかくですから、大切にしたいですね。そこで、洗濯の仕方をご紹介します。フリースは、ポリエステル製が多いのでおうちで洗えるものも多いですが、必ず、事前に洗濯表示を確認しましょうね。色落ちが心配な場合は、使う洗剤を目立たないところに少量しみこませ、5～10分後に白い布を当て、色落ちする場合は、分けて洗いましょう。洗濯する際は、ネットに入れ、おしゃれ着用洗剤を使って手洗いかドライモードで洗濯すると、フリースに負担をかけません。洗濯が終わったら、数十回、パタパタと振って干すことで、繊維が立ち、仕上がりがふわつとなります。また、直射日光を避けて干すと、色あせを防ぐことができます。乾いたら、ぜひブラッシングをしましょう。洋服用のブラシで方向は気にせず、いろんな方向からブラッシングすると、毛が立ってきてよりふわふわになります。

### カップ寿司でハレの日を祝おう！

手軽で華やかに見えるカップ寿司は、パーティーにおすすめ！文字通り、カップにすし飯を入れ、具材を乗せるだけで、素敵に仕上がります。大人なパーティーには、ガラスのコップやワイングラスを、子どもたちと楽しむときは、プラスチックのコップを使うのもいいですね。具材は、サーモンやいくら、マグロにアクセントでイカのお刺身を添えると彩り豊かに仕上がります。また、輪切りにしたきゅうりや大葉、さやから出した枝豆を添えると、より鮮やかになります。市販の錦糸卵も重宝。ご飯と具材の間に乗せたり、ご飯とご飯の間に彩りを入れるのも良いですよ。ちなみに、ご飯の間に入れるのは、お刺身や枝豆などもおすすめ。ご飯と具材がきれいな層になって、見た目もより豪華になります。エビとアボカドなど、サラダっぽく仕上げるのも良いですよ。



思わず笑顔になる！

# お弁当と一緒に出かけよう！ 春の華やか お弁当

屋外で食べるお弁当は格別！  
春の行楽弁当を華やかにおいしく  
仕上げるコツをご紹介します。



お花見やピクニック、ドライブと、心はずむ季節がやってきました。  
行楽弁当は、おいしさはもちろん、華やかに、にぎやかに仕上げたいもの。とっておきの彩りテクニックを伝授しましょう。

おいしく見せるコツは  
「ずき間づかい」にあり

大人数で楽しむお弁当は、作る機会が少ないこともあり、キレイに詰めるのが難しい

紙製のカップケーキ型やプラスチック容器がオススメ



ミニトマト、チーズ、ちくわ&きゅうりを串で。彩りもばっちり



いつもの唐揚げも、串に刺すだけで行楽気分がアップ

取り分けしやすく  
食べやすいひと工夫

屋外で食べるお弁当は、食べやすさも重要。いつものおかずでも、ひと口サイズに整えるだけでグンと食べやすくなります。かわいいうちに刺してピンチヨス風に盛りつけられ、行楽ムードがアップ。  
ひとり分ずつカップを使った盛りつけもオススメ。カラフルなシリコンカップや、紙製のカップケーキ型が便利です。紙コップをお弁当箱の高さにカットしたものでOK。唐揚げなどのおかずや、ポテトサラダや、ピラフ、ちらし寿司などの取り分けしにくい料理を食べやすく、見た目にも楽しく詰められます。



ランチボックスやクロス選びもお弁当の楽しみのひとつ。保温機能やサイズなど、用途に合ったぴったりのものを見つけて。

●日常のお弁当作りには  
休日のお出かけイベントと違い、毎日のお弁当作りは、負担になりすぎないことが大切。冷凍食品も、作りおきのおかずも上手に取り入れていきましょう。夕食のおかずの分量は、お弁当の分まで計算に入れて。  
手抜きすることは後ろめたいことではありません。気負わずに、楽しく続けられるお弁当ライフを！

●「火を通し、冷ます」で安全に  
お弁当のおかずは、いたまないようにしっかりと火を通すのが常識です。火を通した後は室温程度になるまで冷まします。温かいまま詰めてふたをすれば、細菌の繁殖しやすい温度が長時間保たれてしまいます。特に春夏の温暖な季節には注意が必要です。  
また、水分を含むおかずはほかへの味移りを防ぐため、汁気を丁寧にとりきってください。煮物などはあらかじめ汁気を除くことを想定し、少しだけ濃い目の味付けにしましょう。

暮らしメモ

知っておきたい！  
お弁当作りの基礎知識

春といえば新しい生活の始まる季節、これからお弁当作りを始めるという方も多いことでしょう。そんな、初心者の方皆さんに、お弁当作りの基礎知識をご紹介します。ベテランの方も、この機会にぜひおさらいを。