

何の日？

3月9日は「ありがとう」の日

「ありがとう」。素敵な言葉ですよね。その記念日が、3月9日。3=サン、9=キュー、の語呂合わせで制定されました。ふだん、何気なく使っている言葉ですが、改めて、感謝の気持ちを伝えあえる社会になってほしいという願いが込められているそうです。

「ありがとう」の語源は、「有り難し」から来ており、「有ること」が「難しい(かたい)」、つまり、めったになく、珍しくて貴重な、という意味だそうです。

ちなみに、ありがとうの反対語は、「あたり前」です。



世界の「ありがとう」

英語なら「サンキュー」、スペイン語なら「グラスシアス」などありますね。イタリア語の「グラッチェ(グランチエ)」や、フランス語の「メルシー」も広く知られていますね。ほかに、中国語なら「シェシェ」、広東語なら「ンゴイ」があります。タイ語は、男性が使う場合は、「コーブクラー」ですが、女性が使う場合は、「コープンカー」と違うのもおもしろいですね。



ありがとうございます！

何かしてもらったときに、とっさに、「ごめんね」や「すみません」と言うことが多いかもしれませんが、「ありがとう」というポジティブな言葉を伝えられると、なお、素敵ですね！

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～

01 プラントベースフードってご存じ？

プラントベースとは、植物性の材料からつくられたもので、それを使用したものが、プラントベースフード。「ヴィーガン」という言葉もありますが、洋服や日用品など、暮らしから動物性のものを取り入れないスタイルで、プラントベースは食事に焦点を当てているので、手軽さもあり、注目を集めています。たとえば、大豆ミートは、以前よりクオリティが上がり、お肉のような満足感が得られるものも出ていて、それらを使ったレトルト食品も多く出回るようになりました。また、動物性のゼラチンを使わないグミや、豆乳を使ったプリン、ヨーグルト、ひよこ豆とゴマのペーストでつくられ、パンなどと一緒食べる中東料理「フムス」などが、コンビニやスーパーでも見られるようになり、より身近になっています。チェックしてみたいですか？



02 ドライブレコーダーの選び方

事故のニュースなどを見聞きすると、ドライブレコーダーの大切さを実感しますね。そこで、ドライブレコーダーの選び方をご紹介します。なんととても大切なのは、鮮明な画像を残すことなので、最低でも200万画素のものがおすすめ。夜や、トンネル内でも鮮明な画像を残す「HDR/WDR」に対応しているものだと、なお安心だそうです。また、広範囲で撮影できることもポイント。水平画角が100度以上のものがおすすめ。さらに、事故などのトラブルは、前方だけとは限らないので、後方も撮影できるものを選ぶと安心です。あとは、カメラやレコーダーが一体型のもや、セパレート型など、お好みで選んだり、音声も録画できるタイプなど、車に搭載するスタイルや、安心感などによって、店舗でも相談してみると良いですね。ちなみに、画像を保存するSDカードは、ある程度データがたまることと書き換えられることあるので、定期的に確認しましょう。

03 大判のストールが人気！

寒い日に大活躍のストール。いろんな柄があってファッションが楽しくなりますね。そんなストール、今期は大判が人気！くるくると軽く丸めて首にぎゅぐゅ巻きただけでとてもかわいく、ファッションのアクセントになります。また、肩から掛けてはおり代わりにしたり、ひざに掛けてブランケット代わりにするなど、使い勝手が良いところも人気のポイントです。巻き方ですが、首にくるくと巻いて結び目を後ろにもつければかわいい印象になり、ゆるめに巻いて、結び目を前に持ってきて、結びもゆるめにすると、スカーフのような雰囲気でおしゃれに、大人っぽく仕上がります。また、適度にまとめて2つ折りにして首にかけ、輪っかの部分に反対側の端を通してシンプルで素敵です。ぜひ、大判ストールでおしゃれを楽しんでください！



暮らしのヒント

暮らしのヒント ● 冷凍野菜を使ってみよう

実は、栄養たっぷりの旬の野菜です

缶詰と並んで活用したいのが冷凍野菜。実は冷凍野菜の多くは、旬の時期のものを冷凍加工しています。野菜の栄養価は旬の時期が最も充実しているため、旬の時期以外の野菜は、生のものよりも冷凍のものを使うほうが栄養豊富ともいえるのです。便利で栄養もきちんととれる食材として賢く利用してください。



暮らしのワンポイント

備えて安心！防災用品の見直しを
普段の食材を多めに備蓄して非常食にする「ローリングストック」

防災用品のうち非常食は賞味期限があるため、いざというときに使い物にならないということが起こり得ます。その改善策としておすすめしたいのが、非常食にもなるレトルトや缶詰などの食品を多めに備蓄しておき、定期的に消費して買い足していく「ローリングストック」という方法。防災用と気構えずに、いつもの食材から始めるのがポイントです。

LIXILリフォームショップ 増淵組 小山店が、知っておくとちょっとお得な情報をお届けします



ますと通信



LIXILリフォームショップ
増淵組 小山店
TEL: 0285-25-1194
FAX: 0285-23-6634

No.8

私たちは、信頼に応え続ける強い思い「MUST」を胸に住環境づくりに取り組んでいます

今月の店長ひとこと

こんにちは！ 店長の袖山(そでやま)です。



2011年3月11日に東日本大震災は起こりました。何事も「知識として知っている」と「実際に出来ること」は持った以上にかけ離れているものです。防災は、意識や知識もさることながら、行動が何より重要です。ご自宅でもご家族であらかじめ避難場所の確認や避難の仕方など調べ実際に避難経路を歩いてみてはいかがでしょうか。大人と子供、高齢者など年齢によって歩く速度はかなり違います。また避難時の時間(日中・夜間)、天気や道路状況も考慮し想定より長いかかると思っていたほうが良いでしょう。平時に出来ることを実施し、備えることをおすすめします。また、防災グッズの見直しも忘れずに！



～お店からの耳より情報～

プロの実演販売士がリクシル商品の説明をしてくれる動画、ご存じですか？とても分かりやすく、ぜひ多くの方にも見て頂きたいため、QRコードを載せる事にしました。動画を見て、気になった商品が御座いましたらお気軽にご相談ください！動画は10本あります。ご興味のある順から見てもよし、視聴時間の短いものから見てもよしと、自由にご視聴頂けます。



1 キッチン編 https://youtu.be/WZDEzSLApWM 約28分		6 外まわり防災編 https://youtu.be/MGVsq5I-8ME 約23分	
2 バスルーム&トイレ編 https://youtu.be/X-9Pi3RvNtA 約26分		7 トイレ空間編 https://youtu.be/6DpZi1aCvK4 約21分	
3 LDK空間編 https://youtu.be/s6dK6Gwow40 約25分		8 外まわり防犯編 https://youtu.be/MGVsq5I-8ME 約20分	
4 玄関まわり空間編 https://youtu.be/GvaDdaMYxQo 約17分		9 浴室・洗面空間編 https://youtu.be/dBtZ8yw7_t0 約31分	
5 ガーデン&窓辺空間編 https://youtu.be/JL0KdOp2Dh1 約16分		10 失敗しないインテリアコーディネート編 https://www.youtube.com/watch?v=LEIK5zDZQkY 約17分	

グリーン住宅ポイント制度



2020.12.15閣議決定された「グリーン住宅ポイント制度」。ぜひチェックしたい制度です。リフォームも条件を満たせばポイントが発行され、発行されたポイントは追加工事にや商品に交換でき、お得にリフォーム出来ます。設備交換や断熱を考えてらっしゃるお客様！この機会に是非！ご相談ください。
※予算次第では掲載内容の変更があることをご留意ください。





快適Life

花粉に気をつけましょう



排気が上の方についているスティック型掃除機もおおすすめですよ♪

掃除機をかけるときは、ゆっくりが基本。引くときもしっかり吸うので、ゆっくり動かしましょう

壁の掃除もお忘れなく

掃除というと、床や棚の上などが主ですが、花粉は壁にもついているので、ぜひ、掃除しましょう。フロアワイパーを使い、上から下へ、ゆっくりと滑らせましょう。巾木にもたまっているの、フロアワイパー用のシートや、ぞうきんを使って、取り除きましょう。



布団は、外干しせず、専用の乾燥機を使ったり、掃除機をかけてキレイを保ちましょう



雨上がりの日も路面が乾き、地表に落ちた花粉が舞うのでご注意ください

晴れて気温が高い日や、乾燥して風が強い日は花粉が多く飛び傾向にあります。屋前からタワにかけてもご注意ください

花粉症の方には、つらい季節になりましたね。そこで、花粉を家にとどまらせない、持ちこまない工夫をご紹介します。

①掃除は、朝、人が動き出す前に

夜に床に落ちた花粉を一気にキレイにするには、朝起きてすぐがおすすめ。花粉を舞い上げていくフロアワイパーなどで拭き掃除をしてから、掃除機を念入りかけましょう。

②服装は、花粉が付着しづらい素材がおすすめ

花粉はとても細かいので、ニットやウール素材のコートなどは、付着しやすいそう。そこで、ポリエステルや、レザー、フェイクレザー、ビニールといった、つるつるした素材がおすすめです。ちなみに、静電気防止スプレーを使うと、なお、付着しづらくなります。

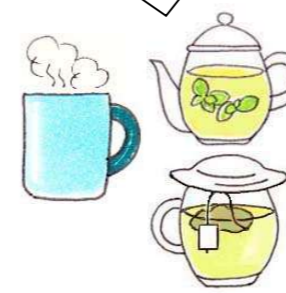
③換気口にも対策を

換気口からも多少は入ってくるので、花粉を除去するフィルターを設置しましょう。

Chottoいいかも

香りの良いハーブティーを楽しんでみませんか？ 代表的なものから、この季節におすすめのものをご紹介します♪

マグカップで飲むときは、量をお好みで調整してください



ティーバッグの場合は、温めたティーカップにお湯を注ぎ、ティーバッグを入れ、ソーサーなどでフタをして3分ほど蒸らしましょう

■おいしいハーブティーの淹れかた

- ①ティーポット(急須でもOK)にお湯を入れて温め、温まったらお湯を捨てる。
- ②ティーカップ1杯に対してティースプーン1杯の茶葉を入れる。
- ③沸騰したお湯をティーポットに注ぎ、フタをして、3~4分蒸らし、ティーポットを揺らして茶こしなどを使いながらカップに注ぐ。

キレイな色♪



カモミール…優しい香りと飲みやすさが魅力。心を穏やかにしてくれる効果や、心地よい眠りが期待できます。



ミント…すっきりとした香りと味が特長。リラックス効果や、消化を助けてくれる効果が期待できるほか、アレルギーの緩和にも役立つそう。

カモミールは黄色、ミントはグリーンイエロー、ローズヒップは鮮やかなレッドと、色も楽しみのひとつ。豊かなお茶のひとつを♪

ローズヒップ…華やかな香りとさっぱりとした味。ビタミンCなどが豊富で、美容や疲労回復に良いそうです。

■この時期におすすめのハーブティー

春先におすすめのハーブティーといえば、エキナセア。エキナセアは、さっぱりとした飲み口で、草木のような香りが特長。殺菌効果があるとされています。ネットルは、ヒスタミンを含み、ビタミンやミネラルも豊富で、花粉症に良いそうです。



ネットルは、緑茶に似た味で、素朴な香りです♪

小さいお子様や、妊娠中・授乳中の方、アレルギーの方、既往症がある方などは、注意したほうがいいハーブティーもありますので、お店でご相談ください

※ハーブティーの効能は、一般的に広く知られていることを紹介しました。実際にお買い求めの際は、お店でご相談ください。※効能には、個人差があります。また、飲みすぎにもご注意ください。

暮らしのレシピ

忙しい春に楽々！ 作りおきおかず

忙しい日こそ、栄養バランスを考え野菜はしっかり食べたい！ そんなときは、作りおきおかずを活用してください。

春野菜の揚げ浸し



▼材料(2人分)
さやえんどう、アスパラガス、玉ねぎなどお好みの春野菜…各適量
A | だし汁…1カップ しょうゆ…大さじ3 みりん…大さじ2
サラダ油…適量 すりおろししょうが…適量(お好みで)

▼作り方
①野菜を洗い、食べやすいサイズにカットして、しっかり水気をふきとります。
②Aを保存容器に入れて混ぜます。ここにお好みですりおろししょうがを加えても、おいしく仕上がります。
③揚げ油を170℃ほどに熱し、①の野菜を素揚げし、しっかり油をきって②に浸します。
④3時間ほど置けば完成。冷蔵庫で約3日保存可能です。

Point▶春野菜のほかにも、ピーマンやパプリカ、なす、ズッキーニなどの野菜もおすすめ。

ニンジンのきんぴら

▼材料(2人分)
ニンジン…中1~2本 唐辛子…1本
酒…大さじ1 しょうゆ…大さじ1と1/2
白ごま…大さじ1と1/2 サラダ油…大さじ1
塩・こしょう…適量 粉山椒…適量(お好みで)
顆粒だし…小さじ1

▼作り方
①ニンジンの皮をむき、せん切りにする。
②フライパンに油を熱し、唐辛子と①を加えて炒める。
③酒を入れアルコール分を飛ばしたら、顆粒だし、しょうゆ、白ごまを加えてからめる。塩・こしょう、お好みで粉山椒を加えて、味を調える。冷蔵庫で約3日間保存可能です。

Point▶ニンジンだけでなく、さつま揚げや油揚げを細切りにしたものを一緒に入れるとボリュームアップします。

頭の体操コーナー

ちょっとしたクイズです。答えは次号に掲載します。

- ① ひな祭りにお供えする菱餅の色は何色でしょう？
・ピンク緑白 ・青赤黄 ・ピンク水色白
- ② 春に旬の海藻「水雲」これをなんと読む？
・ささめ ・もずく ・わかめ
- ③ 春に旬の魚「細魚」これをなんと読む？
・ニシン ・イワシ ・サヨリ



【前号の答え】
① ブロッコリー
② 落花生
③ ポンカレー

編集・制作：LIXILリフォームショップ増淵組 小山店

〒323-0807 栃木県小山市城東5-23-3
TEL:0285-25-1194 FAX:0285-23-6634
https://lixil-reformshop.jp/shop/SC00091006/

