

ご存知ですか？

夏本番に向かって明るい気持ちで日々を過ごしたいですね。7月の和名は「文月」。短冊に歌や願い事をなどを書く、七夕の行事から「文を広げてさらす月＝文被月(ふみひろげづき)」へと転じたといわれています。ほかに、収穫が近づいて、稲穂が膨らむことから「穂含月(ほふみづき)」「含月(ふくみづき)」「穂見月(ほみづき)」が転じたという説もあります。

異名は、陰暦で7月は秋の最初なので「初秋」や、織姫と彦星が年に1度、再会する七夕があることから「愛逢月(めであいづき)」ともいわれています。

7月の花には、ハス(花言葉は清らかな心)、テッポウユリ(純潔、甘美)、フーゲンビア(情熱、魅力)、ひまわり(憧れ)など、夏らしい華やかな表情の花がありますね。

ハイビスカスの花言葉は繊細な美



7月の月の和名は文月



ミンミン♪
夏がやってきたなあ！

7月の季語は鮎、せみ、土用、梅雨明け、トマト、キュウリ、梅雨明けなどがあります。

短冊の色には意味がある？

七夕を盛り上げる色とりどりの短冊。実は色によって意味があるとか。主に使うのは5色。赤は礼、つまり感謝の心を表すそうです。青または緑は仁、つまり自分や周りへの愛情を意味するようです。黄色は信。自分を信じる、目標などを書くといいかもかもしれません。白は義、人として正しい行いを意味するので、自らより良くなる願いを書いてみては？ 黒または紫は智。学業向上、資格取得などの願いが良いですね。

スタッフ紹介



株式会社 笠原建設 代表取締役 鈴木 秀城



リフォームのお見積りは無料です。
お気軽にお問い合わせください。



新潟店 店長:増田 努

コロナの影響でちょっと前までマスクが手に入らず大変でしたが、最近ドラッグストアでも買える様になり安心してます。しかし、アベノマスクはどうなったのでしょうか？未だに届きません……。



エンジニア:玉木 孝一

自粛の流れもあり、外食の回数を減らしたら体重が4kg近く減りました。同じく自粛していたランニングは、そろそろ再開できそうで喜ばしいことです。



アドバイザー:佐藤 郁弥

緊急事態宣言が解除されましたが、第二波に注意して活動したいと思いますが、暑くなってきてマスクをしているのが大変ですね……。



コーディネーター:高井 道子

先日会社から帰ろうと車を発進させた途端、ガリッという音が……恐るおそる車を降りてみるとサイドミラーに塀にこすった傷がついていました。まだ新車なのに……。



アドバイザー:山田 明日香

自粛モードの昨今ですが、お酒好きの私は自宅でおつまみを作ってひとり居酒屋を楽しんでいます。そのせいか料理の腕があがった様な……？これからも極めていきます。



LIXILリフォームショップ 笠原建設 新潟店 (株式会社 笠原建設)
〒950-2003 新潟市西区東青山1-2-2
営業時間…8:30~17:30 定休日…毎週水曜・年末年始・GW・夏季
フリーダイヤル…0120-306-144 ※2019年4月~営業時間・定休日を変更いたしました。

答え 半夏生



ライファ青山がLIXILリフォームショップにステップアップ!

リクシル・スタイル

LIXILリフォームショップ
笠原建設 新潟店
TEL:025-230-6155
FAX:025-230-6188

2020夏号

リフォーム専門店「LIXILリフォームショップ 笠原建設 新潟店」が、暮らしのちょっとした情報をお届けします。

店長のひとこと



梅雨の候、皆様にはコロナとの共存の不自由さにあっても益々ご健勝のことお喜び申し上げます。住宅設備機器に関しましては、中国での製造も安定し、通常納期に戻りつつあります。このような状況ではありますがリフォームをお考えの方は、ぜひご相談下さい。コロナの影響でいろいろ大変だと思いますが、もうしばらく気を緩めず過ごしていきましょう！

令和2年6月発行



ご案内

①『新潟市子育て・高齢者支援健康すまいリフォーム助成事業』



子どもを安心して産み育てられ、高齢者が健康で幸せに暮らせる住環境を創出することを目的として、既存住宅のバリアフリーリフォーム・子育て対応リフォーム・温熱環境改善リフォーム及びそれに併せて行う居住環境や住宅機能の維持・向上のための住宅リフォーム工事を行う方に、その費用の一部を補助します。

申請受付：4月20日(月)から先着順で申請受付 予算額：8,000万円

補助金額は最大10万円です。対象工事・条件等詳細は弊社までお問い合わせ下さい。



②『次世代住宅ポイント制度 新型コロナウイルス感染症対応』

3月31日で申請が終了した「次世代住宅ポイント制度」新型コロナウイルス感染症の影響により、やむ終えず工事契約が出来なかった方を対象に、申請が可能になりました。対象工事を施工でさまざまな商品と交換できるポイントが貰えます！2万ポイントから申請可能、最大30万ポイントが貰えます♪

申請期間：6月1日~8月31日まで 先着順、予算額に達し次第受付終了です。条件等詳細は弊社までお問い合わせ下さい。

Chottoいいかも

夏の冷え対策で快適な暮らしを



腹巻は色やデザインがオシャレで服に響きにくい薄手のものもたくさんありますよ!

体を温める食材・冷やす食材

体を中から温めてくれる食材を積極的に摂るのも良いですね。たとえば、ねぎは、血流を良くして体を温めてくれるほか、胃腸の働きも良くしてくれるそうです。また、しょうがは広く知られていますね。ビタミンEが豊富なにんにくや水溶性食物繊維が豊富なごぼうも血行促進に効果的だそうです。逆にパイナップルや柑橘類、トマト、きゅうりなど水分を多く含む食材は体を冷やすので、摂りすぎにはご注意ください。



冷房は熱中症対策として大切ですが、体が冷えることがありますね。冷たい飲み物の摂りすぎも冷えの一因に。体が冷えると、だるさなどの体調不良にもつながります。そこで、解消法をご紹介します。

- ①お腹をカバー…お腹を温めることで、冷えの緩和が期待できます。また、家では首・手首・足首を専用のカバーで温めるのも効果的。
- ②ときどき、温かい飲み物を…暑い日は冷たい飲み物がおいしいですね。でも、摂りすぎは禁物。温かい飲み物で体の中から温めましょう。食事にみそ汁やスープを取り入れるのも良いですね。
- ③夏こそ湯船に浸かる!…暑いとついシャワーで済ませがちでは? 夏こそ、ゆっくり浸かって血流を良くすることで、夏の冷えによるむくみの解消にもつながります。温度は37~39度程度で10~20分浸かるのが良いそうです。

かんたんレシピ

さばとキムチのぶっかけそうめん

教えてくれた人…尾田衣子さん
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。
<http://ryo-ri.net/>

材料

(2人分)

- そうめん(乾麺)…200g、さばみそ缶…140g、トマト…1/2個、キムチ…80g、大葉…4枚
- めんつゆ(2倍濃縮)…100ml、水…100ml、ごまだれ…大さじ4



※火を使うのは、そうめんをゆでるときだけなのでとっても手軽です。
※暑い日にはつゆを先につくり、冷蔵庫でしっかり冷やしてからかけるとよりおいしいです。

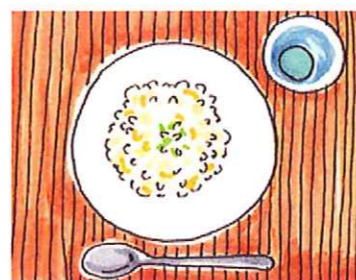
さばみそ缶でボリュームたっぷりのそうめん! キムチ、ごまだれつゆとも相まって、旨みたっぷり、食べごたえのあるメニューです♪

- ①そうめんはゆで、冷水でしめて水気をとり、器に入れる。
- ②めんつゆ、水、ごまだれを混ぜ合わせ、①に注ぐ。
- ③さばみそ缶、トマト、キムチを盛りつけ、手でさいた大葉をのせる。

Interior

雑貨店はもちろん、100円ショップにも豊富に揃う竹のざるやカゴを取り入れて涼しげなインテリアを楽しんでみませんか? 素朴な質感もなかなかほっこりしますよ♪

■ 竹のランチョンマットで夏らしい食卓を演出

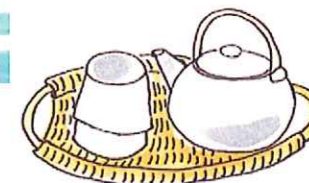


シンプルな食器でも、竹のランチョンマットを使うだけで、とっても夏らしい雰囲気になります。汚れたら拭くだけとお手入れも簡単です。

■ 竹ざるをさまざまに活用!



いつものごはんもちょっと良い感じに♪



食器代わりにしたり、洗い受けにしたり、普段使いの食器を入れておくだけでもとっても絵になります。

■ 竹かごをお部屋のインテリアに

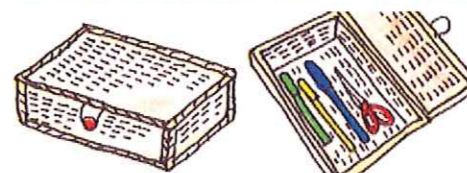


キッチンではお箸やスプーンなど、玄関ではスリッパを入れるだけでおしゃれ!

出し入れもしやすいですね!



■ フタ付きなら、中身が雑多でも見た目が素敵♪



文房具もさっくり♪

フタ付きなら、ハンカチや薬類などを入れられ、多少雑多でもスッキリ見せられます。

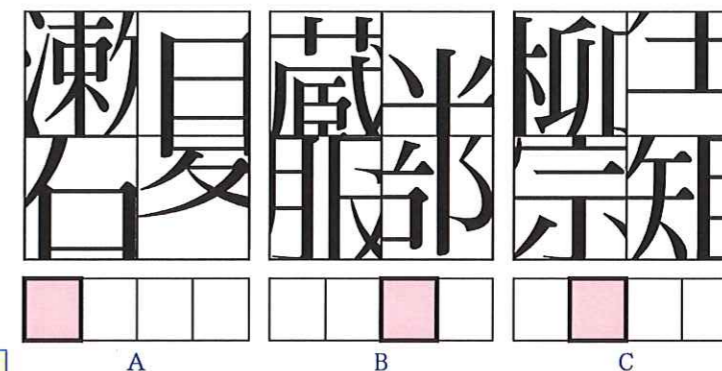
※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

熟語探し



●「答えは巻末ページ」をご覧ください

A~Cは漢字四文字の人名の各漢字の一部を拡大したものです。人名を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を答えてください。



答え