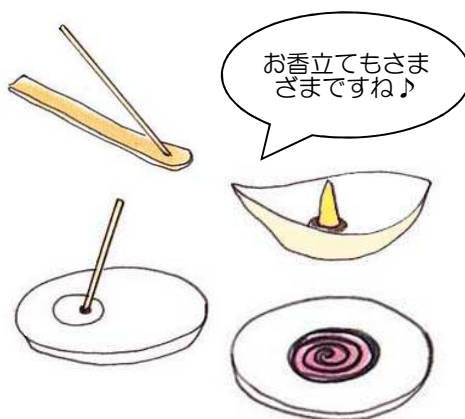


chottoいいかも

お香を楽しみましょう♪



お香立てもさまざまですね♪

お香とエッセンシャルオイルの違い

アロマオイルの中でもエッセンシャルオイルとの比較だと、どちらも自然の香料を使っています。エッセンシャルオイルは、初めから香りを強く実感しますが、お香は、最初は控えめで、時間とともに強く香るのが特徴。ちなみに、お香は火をつけるタイプだけでなく、温めて使うタイプ、常温でも香るタイプもあります。お線香を扱うメーカーでもいろんなお香が見られるので、手軽に取り入れてみてはいかがでしょうか。

匂い袋は常温で香るお香です



香木や香りの原料を袋に入れたものです。

専門店だけでなく、おしゃれなインテリアショップなどでも見られるお香。リラックスタイムに取り入れてみては？

●香りの種類もさまざま

伽羅(きやら)、沈香(じんこう)、白檀(びやくだん)といった香木系だけでなく、香水系、ウッディ系、花の香りなど、多彩にあります。

●形もいろいろでかわいい

スティック型は一般的なタイプ。太さや長さによって燃焼時間が変わり、香りが豊富です。円すい形がかわいいコーン型は、燃える部分が多いので、短時間で香りを広げたいときにおすすめ。渦巻き型は蚊取り線香のイメージ。燃焼時間が長いので、ゆっくりと香りを楽しみたいときや、アウトドアにもおすすめです。

■こんな時にいかが？

- 朝起きた後、ゆっくり目を閉じてめい想
- 来客時に玄関に香りをプラス
- 湿気が多いとき、雨でじめじめしたときは空気を爽やかにしてくれる
- 夜寝る前に気持ちを落ち着けたいとき

お茶を飲みながらお香の香りでリラックス♪



かんたんレシピ

フルーツサンドのミニどら焼き

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

(6個分)

- ホットケーキミックス…100g、はちみつ…大さじ2、牛乳…50ml、卵…1個、サラダ油…適量
- ゆであずき…100g、クリームチーズ…60g、いちご…3個、バナナ…1/2本



ホットケーキミックスを使った簡単にできるどら焼きです。季節のフルーツなど、お好みでトッピングを楽しんでください♪

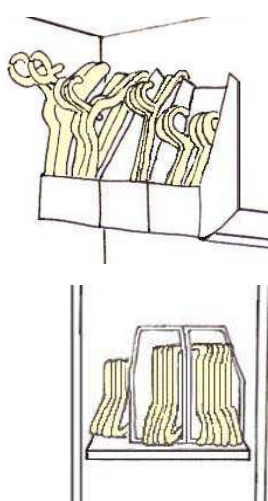
- ①ボウルにホットケーキミックス、はちみつ、牛乳、卵を入れ、よく混ぜ合わせる。
- ②フライパンにサラダ油をうすく引いて熱し、①を直径4～5センチになるように流し入れる。
- ③②を両面焼き、取り出して12枚つくる。
- ④いちごはヘタを取り、バナナは皮をむいて、それぞれ薄切りにする。
- ⑤③の生地クリームチーズを塗り、ゆであずき、いちごかバナナをのせてもう1枚で挟む。

※クリームチーズは伸ばしやすいよう、常温で柔らかくしておくことをおすすめします。

快適Life

意外とかさばるハンガーの収納、どうしてますか？ ついつい雑多になりがちなハンガーをすっきりまとめるアイデアを紹介します。

■ファイルケースにまとめる

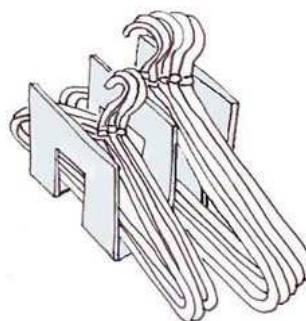


ファイルケースに入れ、形違いの物はそれぞれにまとめるだけでスッキリ見えます♪

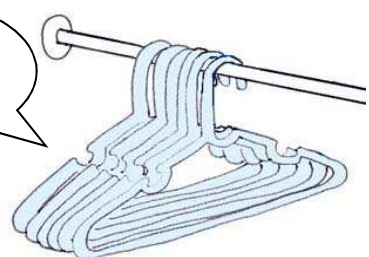
ファイルケースの形はいろいろあるので置く場所によって選んでみてください

■ブックエンドでまとめる

ブックエンド(本立て)にまとめるだけでもスッキリ。省スペースで置けるところも良いですよ。



■突っ張り棒でまとめる



ハンガーの種類を揃えると見た目もキレイです！

突っ張り棒1本あればできる！ 掛けるだけなので手軽ですね♪

■ワゴンでまとめる

ワゴンに洗濯グッズをひとまとめにし、その一部にまとめて置いただけ。出し入れしやすいです。



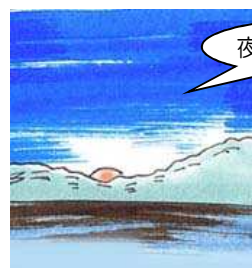
■大きめのカゴにざっくりまとめる



超お手軽！ ハンガーが半分くらい隠れていけば、雑多な感じも減りますね。

簡単クロスワード

○の中に縦横2つの言葉に共通する1文字を入れて、4つ見つけたら、その4つで出来る言葉を答えてください。



夜が明けてきた

ボン ○ ロヅキ
オ ○ リ
シロザ ○ イチツ
ヒナ ○ ユ
ワカ ○ ラレ
ソメイヨシ ○ ハナ

こちらのスペースは、
●「答えは巻末ページ」「答えはホームページで！」
●「正解の方にプレゼント！ 詳しくは巻末ページをご覧ください」等の記載にお使いください。

答えは左下にあります。