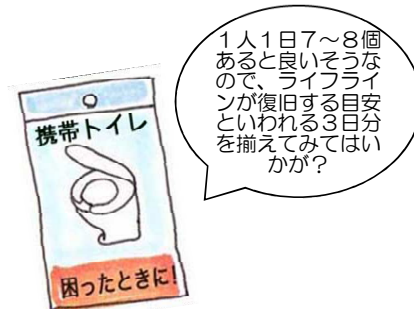


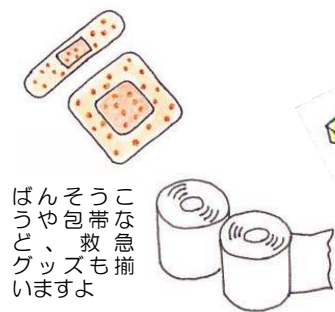
# Chottoいいかも

## 100円ショップで揃える防災グッズ

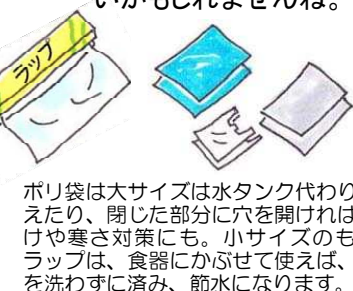


1人1日7~8個あると良いそうなので、ライフラインが復旧する目安といわれる3日分を揃えてみてはいかが？

トイレや個室以外で携帯トイレを使う場合は、大きめのポンチョタイプのレインコートやトイレレットパーがあるとう助かりますよ。



ばんそうこうや包帯など、救急グッズも揃えますよ



ポリ袋は大サイズは水タンク代わりに使えたり、閉じた部分に穴を開ければ雨除けや寒さ対策にも。小サイズのものやラップは、食器にかぶせて使えば、食器を洗わずに済み、節水になります。



単3電池が単1電池として使える！

日常で使うことが多い電池は単3や単4が多く、懐中電灯などで使う単1は使用頻度が低くて備蓄したまま劣化することも。電池サイズ変更ケースがあれば、普段使いのサイズの電池を活かせます。

夏は台風や大雨などの災害が多く、9月は防災の日があり、台風もまだやって来ますよね。そこで、100円ショップでも手軽に買える防災グッズを揃えてみては？9月にわたって、いろいろ紹介します！

### ①携帯トイレ

100円ショップでも携帯トイレが見られます。密閉チャック付きや口をしぼって捨てられるものなどがあるので、お好みのものを揃えておくと、いざという時に助かります。一度にたくさん買い占めるのではなく、お店の在庫に余裕があるときに少しずつ買いましょうね。

### ②大人用からだ拭き

お風呂に入れないときに助かりますね。2~3パックあると良いでしょう。使用期限は書いていない場合がありますが、長期間使わないときは頃合いを見て掃除用に下ろすなどして新しいものに差し替えるといいかもかもしれませんね。

# かんたんレシピ

## 鶏肉のバスク風パプリカ煮

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/>

フランスとスペインにまたがるバスク地方の家庭料理をアレンジ。  
夏野菜をトマトで煮て、生ハムで仕上げる食べごたえのある一品です♪

### 材料

(2人分)

- 鶏肉…1枚、パプリカ赤・黄…各1/4個、ピーマン…1個、玉ねぎ…1/4個、にんにく…1かけ、ホールトマト缶…200g、生ハム…2~4枚
- 水…60ml、コンソメ顆粒…小さじ1、塩・こしょう・オリーブオイル…適量



※鶏肉とパプリカの相性が良く、パプリカをしっかり煮ることで甘みと風味が増します。パスタソースとしてもおすすめです！

- ①鶏肉は食べやすい大きさに切り、表面に塩・こしょうをふる。パプリカ、ピーマンは種を取り、縦細切り、玉ねぎ、にんにくは薄切りにする。
- ②鍋にオリーブオイルを熱し、鶏肉、にんにくを炒め、玉ねぎ、パプリカ、水、ホールトマト缶、コンソメ顆粒を加えて弱火で煮る。
- ③パプリカがしんなりしてきたら、ピーマンを加えて火を通し、塩・こしょうで味を調える。
- ④器に盛りつけて生ハムをのせる。

調味料や洗濯用ボトル、整理ケースなど、同じものを揃えて統一感のある美しいインテリアを楽しむ人が増えています。そこで、おしゃれな「ラベリング」で、さらにステキにしてみませんか？

### ■ 転写シートでシンプルに仕上げる



文字の形によってカッコイ雰囲気にも

転写シートはアルファベットなどの文字を切り取り、半透明の剥離シートから文字シートを外して、転写したい容器などに乗せて、付属の木のヘラで強くこすると、文字が転写されます。

使用できる素材や耐水性など、商品説明を確認してくださいね。

# ガーデン

キャンペーン期間  
8月31日まで

## STYLE SHADE スタイルシェード

本体価格より  
**15%off**



「機能性」もバッチリです。

- ・暑さ対策…室内の温度上昇を抑え夏をより快適にします。
  - ・熱中症対策…室内熱中症のキケンから大切な家族を守ります。
  - ・日焼け対策…紫外線をカットしてしっかり日焼けをケア。
  - ・節電対策…エアコン効率を高め冷房費を軽減します。
  - ・スタイルアップ…モダンな住まいになじむすっきりしたデザイン。
  - ・耐候性…色あせや劣化を抑えて、美しさをキープ。
  - ・収納性…使わない時もすっきりスマートに。
  - ・遮視性…光を採り入れながら、プライバシーを確保。
- ※取付施工費が別途かかります。

## SUNNYGE サニーージュ

本体価格より  
**40%off**

洗濯物が雨や花粉も気にせずに干せる。ペットと一緒に日向ぼっこ。鉢植えの花の手入れをしたり、お気に入りのイスを持ち出して読書をしたり暮らしに特別な時間をもたらします。

※取付施工費が別途かかります。

## スピーネストックヤード

本体価格より  
**40%off**

勝手口周りの敷地に物置に代わる新たなユーティリティ(役に立つ)スペース。毎日の暮らしの中のお困りごとを、まとめてスッキリ片付けられます。物が集まってきやすい勝手口周り目隠しにもなっていますよ。

※取付施工費が別途かかります。



## オーニング

本体価格より  
**40%off**

カフェのようなおしゃれなデザインが魅力のオーニング。室内への日差しの侵入を防ぎ、キャンパスの下に日陰をつくります。デッキとの組み合わせでくつろぎの空間に紫外線ほぼ100%カット、『オーニング』で屋外におしゃれな日陰空間を演出します。

※取付施工費が別途かかります。

