

八千穂駅前工務店よりホットな情報をお届けします。

おひさま新聞

令和5年
3月号
No.152

獲れないサバ
記録的暴落のサバ、水揚げ
高値圏から、陸に近づく流れ
れ低水準好むサバ、いもの漁場
に集まる原因を考察する
です。夫、フシが増え、大が近寄れ
ないでも影響していると言われています。

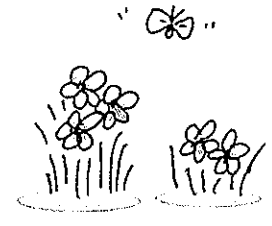
～窓改修の国補助金～

皆さん、こんにちはは大栄建設の三石です。いつも「おひさま新聞」をお読みいただきありがとうございます。三月も余すところあと少しですね、新しい年になってもう3カ月過ぎようとしている現実に少し焦りを感じます。陽気も暖かくなりました。今年も雪が少なかつたこともあり畑や田圃の準備が例年より早く進んでいるようです。

私達工務店でもこの時期は急に改修などのお問い合わせが増えます。今年は特に電気料金などの値上げの影響で断熱改修のお問い合わせが目立ちます。殊に窓改修の国補助「先進的窓リノベ事業」が今までにない補助金率である影響で窓改修の問合せが多い状況です。内側に断熱窓を設置するタイプの商品はメーカー出荷が約2か月待ちです。

あらゆる品物の価格が上がっているなか、補助金活用も含め、快適でエコな暮らしができるよう、確りスピード感をもって「提案して行こう」と思います。

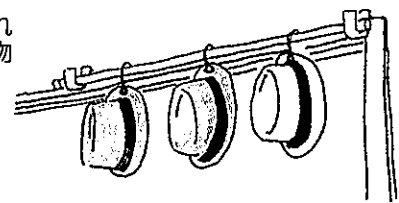
季節は春、気持ちも前向きに焦る心を切り替え、明るい心で今月もがんばるぞ！
それでは。



今月のささやき

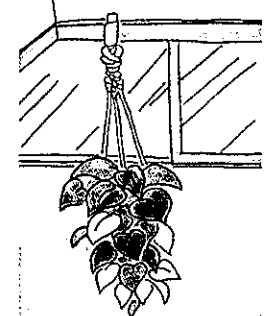
■鴨居フック2つで突っ張り棒が使える！

突っ張り棒が使えないところも、鴨居フック2つを離して設置し、突っ張り棒を渡せばOK！部屋干しにも重宝します。ダイレクトピンチやS字フックで帽子を吊るしても便利です！

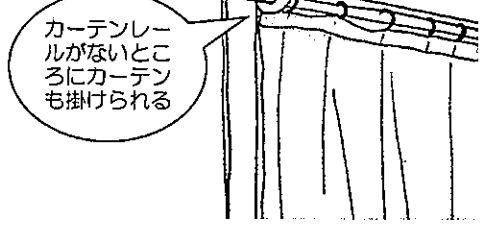


■植物を吊るして楽しむ

吊るすことで、場所を取らずに植物を楽しむことができます。



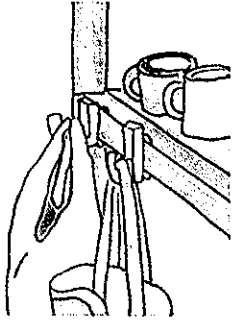
鴨居フックのサイズによって、耐荷重量もさまざま。確認して、吊るしましょう。



カーテンレールがないところにカーテンも掛けられる

■キッチンでひっかけ収納

シェルフなどの棚板に設置すれば、エコバッグなどを掛けられて便利です！



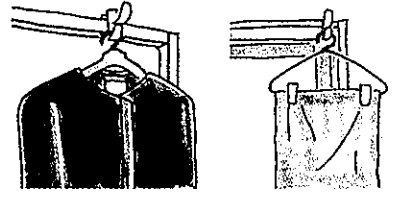
※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

快適Life

鴨居フックを活用しましょう！100円ショップで見られ、文字通り、鴨居に固定して使うフックです。鴨居以外にも、窓枠や棚板にも取り付け可能で、さまざまに使えるので、ぜひ参考してみてください。

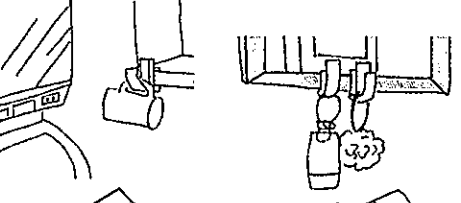
■鴨居に固定してちょい掛けに

帰宅後のコートや洗面所に使用後の濡れたタオルを掛けておくのに便利。洗濯物の部屋干しにも重宝しますよ。



■洗面室&浴室でも活躍！

棚板など、せり出た部分があれば設置可能！コップや洗顔用品などを吊るして使えますよ



コップなど、底面のヌメリ防止にもgood！

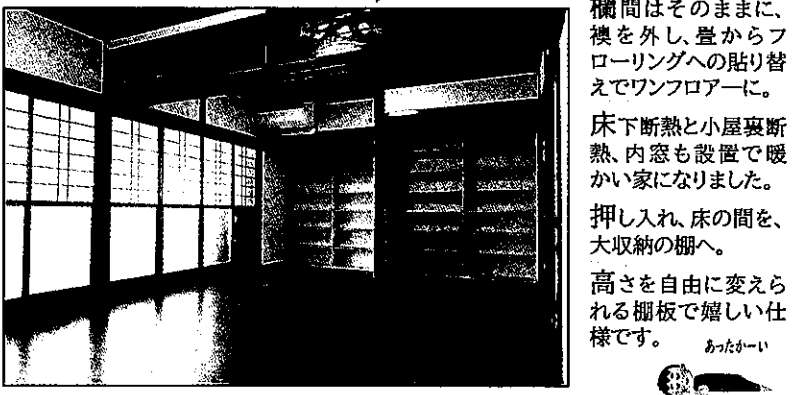
こんなリフォーム出来るんだ～

和室二間を、ワンフロアの洋間に。生活スタイルに合わせた 嬉し、楽し、リフォーム例です。

Before 8畳間が2部屋。襖で仕切られ、床の間と押し入れも。



「ワンフロアで広く使いたい」
「暖かく暮らしたいねおばあちゃん！」
「読書が大好きたくさん収納出来る本棚が欲しいな」



After 欄間はそのままに、襖を外し、畳からフローリングへの貼り替えてワンフロアに。床下断熱と小屋裏断熱、内窓も設置で暖かい家になりました。押し入れ、床の間を、大収納の棚へ。高さを自由に変えられる棚板で嬉しい仕様です。

他に断熱改修、水回り改修も同時。もっと詳しくはこちらホームページをご覧ください

春を迎えて

お住まい大丈夫ですか

寒い冬、ともに頑張ったお住まい。暖かくなり、「あれ？こんなに暖かくなる！」など、お困りのことがございましたらお問い合わせください。

折込みの「先進的窓リノベ事業」補助金について詳しくは、弊社までお問合せください。

担当 工藤

八千穂 駅前通り
大栄建設株式会社
〒384-0702
南佐久郡佐久穂町穂積1326
TEL (0267) 88-3417
FAX (0267) 88-3923

LIXILリフォームショップ 大栄

大栄建設のほっと一歩

皆様こんにちは。大栄建設の工藤です。ようやく寒い冬も過ぎて暖かくなってきましたね。冬の寒さも厳しかったですが、暖房の設定温度を下げるなど寒い思いをして節約しましたが追いつかないですね。また食料品から生活用品全般にわたって値上がりのニュースが続いていて私たちの生活を苦しめています。悪い話ばかりでしたがお得な情報もあります。国土交通省、経済産業省、環境省の3省連携の住宅補助金制度「住宅省エネ2023キャンペーン」がスタートしました。過去最大の予算規模で高効率給湯器の導入、玄関ドア、水廻りの改修工事などの補助の中で一番のお勧めは窓改修です。過去最大の還元率で断熱内窓（LOWE）の設置では工事費の約半分が還元となり最大200万円補助金が出ます。設置後の冷暖房の削減を考えると一押しです。光熱費の上昇は、省エネと家族の協力で負担を減らせるといいですね。詳しいことはお問い合わせください。

おひさま見聞録 日本再発見！

缶詰バーの「mrkanso」と、京都の卵加工食品の老舗メーカー「吉田喜」のコラボレーションによって実現した、世界初のだし巻き缶詰。きれいにカットされた状態のだし巻きを丁寧に缶詰にした、見た目にも美しい一品。一口食べるとかつおと昆布を合わせた本格京風だしが口いっぱい広がり、ふっくらとした食感を楽しめるのが人気の秘密。缶詰から取り出せば、まるで料亭のような食卓に。マスクミにも多数取り上げられ、その人気ぶりがうかがえます。（「職場の教養」より）



Chottoいいかも | ちょっと意外!? な季語(春～夏編)



寒食節(4月上旬)に遊ぶ儀式めいたものだったところから来ているそうです。

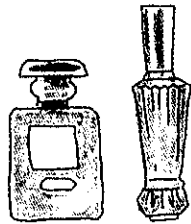
俳句に必ず入る季語。俳句と聞くと、ちょっと難しそう、というイメージですが、季語の身近さや幅広さを知るとおもしろいですよ。ここでは、春から夏のちょっと意外な季語をご紹介します。

- 「蕨餅(わらびもち)」
わらびが小さく渦巻いた若芽が春に出るため、春の季語とされています。
- 「ボートレース」
春の季語。モーターボートではなく、オールを使って船を進めるレースを指すようで、春に行われる競漕と思われま。
- 「甘酒」
冬のイメージですが、夏の季語。江戸時代、年中売られていましたが、夏によく売れたそう。栄養豊富で「飲む点滴」と言われる甘酒を夏バテ防止としてよく飲まれたことから来ているようです。

俳句の季節はどうわけている?

俳句は旧暦を基準に立春、立夏、立秋、立冬で四季を分けています。1～3月が春、4～6月が夏とされています。また、季語は5000以上もあると言われ、どんどん進化しているそうです。季語を深掘りして、俳句を身近に楽しんでみましょう!

おしゃれな季語ですね♪



「香水」は夏の季語。汗においを消すために香水をつけることから来ているそうで、防臭や防虫効果が期待できる「匂袋」も夏の季語だそうです。

初夏のやわらかい実として「苺」は夏の季語。5月が旬とされていますが、今ではハウス栽培で幅広い時期に楽しむことができますね。



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。



セキ○ン
ルツゲドリ

ハ○ミズキ
ハ○ラブキ

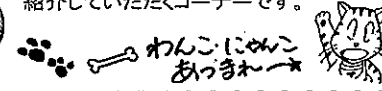
ソメイヨシ
モモ○セツク

ハルノ○アラレ
ヒ○ナクサ

答は左下にあります。

ちいさな家族の車輪

我が家の小さなご家族を紹介していただくコーナーです。



片井さんちのわんちゃん <佐久市>

あんこちゃん 3才(メス) 群馬生まれ
まるこちゃん 1才(メス) 東京生まれ



おなか
自慢の
あんこ



まん丸目
の
まるこ

<名前の由来>...

あんこ...カ土のあんこ型から、おなかの出具合が魚の「アッコウ」似なので。まるこ...目がまん丸だから。

<こんな性格>...あんこ...良く言えばマイペース。時々名前を呼んでも聞こえないふりをしたりで気まぐれ。

まるこ...わんぱく。時々操縦不能。

<好きなもの>...あんこ...食べるものは何でも好き。特に好きなのはワンチュール! ジビエ。まるこ...ドッグフードよりおやつ。ワンチュール! ジビエ。

<片井様より一言>... あんこもまるこも保護犬で我が家に来ました。犬を飼う事は大変で生活も一変しましたが、今はあんこもまるこも我が家の一員。二匹中心の生活で子供のようなです。

追伸) 保護犬の活動をしています。保護犬を飼ってみたい方、一報ください。連絡先 090-9664-6611(片井様携帯)

片井様、あんこちゃん、まるこちゃん、ありがとうございました。

地元詩人黒沢まささんの 心あたたまる詩のコーナー

人生っていいなー

第115回

~「いろはうた」より~

黒沢まささん氏 (本名: 黒沢正典)

てんごくも 地獄も

黒沢まさ詩画ブログ
<http://ameblo.jp/kurosawamasawo/>

かんたんレシピ

豚肉とクレソンの酸辣湯ラーメン

教えてくれた人...尾田衣子さん
料理研究家。料理教室「アシェットキッチン」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/>

クレソンの香りが爽やかな食べ応え満載のラーメンです!

ピリッとした辛味が特徴のクレソン。カリウム、タンパク質、カルシウム、鉄、亜鉛、ビタミンA・C、食物繊維などが豊富に含まれています。また発がん物質を解毒する酵素の働きを高める成分も含まれているそうですよ。

作り方

- ①豚薄切り肉は食べやすい大きさに切る。豆腐は1センチ幅に切り、さらに短冊切りに、クレソンは粗切りにする。
- ②豆もやしは耐熱皿に入れ、ラップをして1分加熱し、クレソン、ごま油を合わせて混ぜておく。
- ③水、鶏がらスープの素を合わせて沸騰させ、豚肉、豆腐を入れてアクが出たら取り、酢、醤油、塩を加える。
- ④③に水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、溶き卵を垂らしながら火を入れる。
- ⑤たっぷりの湯で中華麺を表示通りに茹で、水気を切つて器に入れ、④をかけ、②をのせて、食べるラー油をかける。

※片栗粉を入れた後は、豆腐の形を残すように優しく混ぜ合わせ、しっかり沸騰させてとろみをつけましょう。

材料

(2人分)

- ・豚薄切り肉...200g、豆腐...1/2丁、豆もやし...1袋、クレソン...1束
- ・水...600ml、鶏がらスープの素...大さじ1、酢...大さじ3、醤油...大さじ1、塩...小さじ1/2
- ・中華麺...2袋、溶き卵...1個分、水溶き片栗粉...片栗粉大さじ1+水大さじ2、食べるラー油...小さじ2、ごま油...大さじ1



(おの姿) 4/1/4: 尾田

うれいたの ほっとだより

野球好きの我が家は

WBCの野球に夢中!

今晚から試合が始

まります。我が家の

大声援が届きますように!

がんばれ!!侍ジャパン by M!