

こんにちは！櫻井建設です。
立冬もすぎ、落ち葉がひらひら舞って冬の足音が聞こえてくる季節になりました。本格的な寒さに向かえる前に、防寒対策をして身体を温め風邪予防しましょう♪うがい・手洗いは簡単に出来る風邪予防なので、毎日続けてみましょう！



♪ 簡単リフォーム相談会開催 ♪

とき： 11月12日（日） 10:00～16:00

ところ： LIXILショールーム山形

ショールームでの相談会なので、お風呂、キッチン、トイレ等の水廻りなどの商品を実際に見ることができます。費用を知りたいなどのお悩み解決のお手伝いをします。

今月のランチ

★ 1日限りの限定商品があります！

- ・カーポート（3台用）限定3台 工事費込み：¥598,000(税別)
- ・LIXILインプラス（断熱内窓）大特価！
- ・三菱ズバ暖エアコン 大特価！



★ ご自宅の図面をお持ちくださると資金計画もその場でできます
新築にするかリフォームにするかでお悩みの方にオススメです

★ コースターやランチョンマット等にデコパーシェをする体験もあります

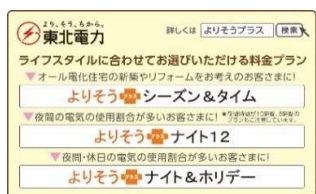
★ 来場特典で、サイコロの出た目の数だけ粗品をプレゼントいたします

★ IHクッキングヒーター実演の料理教室を行います

詳しいお問い合わせは

是非ご来場
ください♪

TEL 023-688-2632
Mail shop@sakurai-k.com
お気軽にご連絡ください♪



協賛：東北電力(株) 山形営業所

※ 11月11・12日は、上山市で完成内覧会（チラシを見てね）も開催します。
11月19日は、第2弾 育児セミナー（チラシを見てね）も始まります。

是非、足をお運びください！

11月も「住まいの相談会」を実施いたします！！

今月は11月18日（土）に「住まいの相談会」を当社にて行います。

※予約制です。17日（金）の午前中までご連絡ください。

11月7日は

立冬

穏やかな秋の日が続いても、この日から暦の上では冬が始まり、朝晩は冷え込むようになってきます。季節の変わり目は体調もみだれがち。風邪かな？と思ったら、自分にあつた“My風邪初期対策”を！ニンニクたっぷり餃子・しょうが入り味噌汁・カレーを食べる！など、色々な方法がありますね。また、昔から伝わる、しょうが湯・たまご酒・ねぎ湯などを取り入れてみるのも良いでしょう。

免疫力・回復力を高めるには睡眠も十分取りましょう。症状が重い・持病がある・高齢の方は、無理をせず早めに病院に行きましょうね。



たまご酒の作り方

たまご1と砂糖小さじ1を入れ良く混ぜ、茶こしてこして小鍋に入れる。酒100ccを加え、弱火で熱しながら丁寧に混ぜ、とろと温まったら完成です。砂糖を蜂蜜に替えたり、しょうがのしぼり汁を入れても良いですね。※煮切ってもアルコール分は残るので、お酒の弱い方、お子様には向きません。



今月は、山形市東原町の「あすなる食堂」に行ってきました。メニューがたくさんあって、どれも魅力的で迷いましたが、この日の私のチョイスは野菜炒め定食にしました。もやしがりタップリで、ボリューム満点です！味付けも優しくて最後まで飽きのこないお味です。ごはんも味噌汁の量が丁度良く美味しく頂きました。他にも、丼物やスパゲティやカレーライスなどもありました。

店内は、カウンター席とテーブル席、お座敷もあり1人でも友人、ご家族でも入りやすいお店でした。お昼時は込み合う時もある人気店です。今度あすなる定食を食べたいです。
◎ 営業時間 11:30～14:00・17:00～20:00



▲野菜炒め定食
あすなる食堂
山形市東原町4-2-39
電話 023-642-4304
定休日 水曜日



LIXILリフォームショップ 櫻井建設

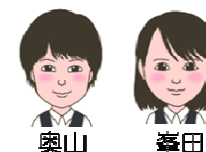
住所：山形市成沢西3-21-8
TEL：023-688-2632
FAX：023-688-2668
http://www.sakurai-reform.com
E-mail:shop@sakurai-k.com

当店で
Tポイントが
貯まります。

LINE 友だち追加



住まいメイト



本物探しの答えは2です！正解しましたか？

Beauty



今年も残すところ2カ月！家事や仕事で毎日働いてくれている手。意外と見られている『指先&ネイル』。磨くだけ・マニキュア・ジェルネイルなどお洒落も様々、楽しんでいる方も多くなってきているようです。
“ネイル”のお洒落をすれば、日々の指先に注意が向き、女子力もUP！お手入れを小まめにする事で、この乾燥する時期の指先・爪のトラブルも減り、一石二鳥かも？！爪にお洒落をしない方も、お手入れは同じですので、参考にしてください。

■ 洗ったら良く拭く

水分が付いたままだと、爪も乾燥してしまいます。タオルでしっかりと水分をとりましょう。ゴシゴシしないで、ポンポンと優しく！忘れがちな指の間、爪先、爪裏もしっかりと。ジェルネイルをしている場合、水分が隙間から入ると、取れやすくなります。



■ とにかく保湿

ハンドクリームを塗る時は、爪にもつけてマッサージを！血行が良くなり、ささくれの防止にもなります。ジェルネイルやマニキュアをしている方は、特に湯上りに“ネイルオイル”がおすすめです。甘皮の部分に塗って軽くマッサージしてあげましょう。



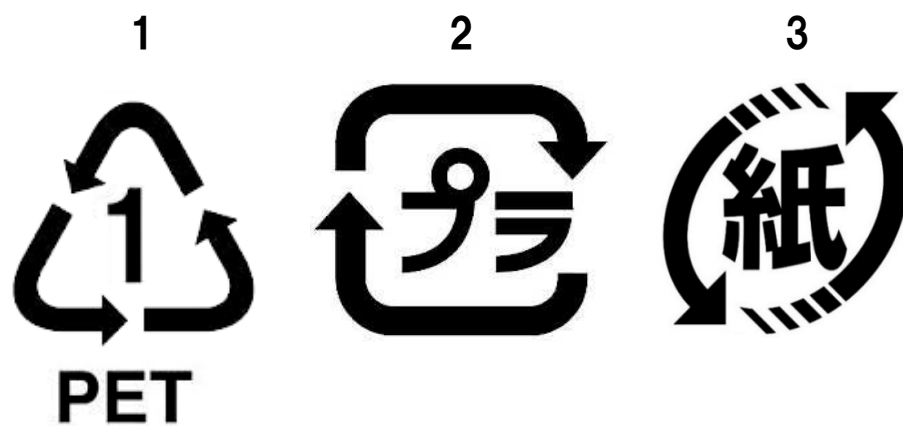
■ 家事とシャンプーは最注意！

家事（水仕事）の際には、綿の手袋をしてから、ゴム手袋をするのがベストです。綿の手袋をする事で、手と指先がソフトに守られます。シャンプーの際は、爪を立てずに指の腹で！シャンプーブラシもおすすめです。



本物探し

見慣れたリサイクルのマークですが、どこか違っているものが2つあります。では本物はどれでしょう？番号で教えてください。



※答えは裏面の左下端にあります。正解しているか確認してみましょう♪

快適 Life



ちょっとご注意

音（声）や匂いは近隣の迷惑にならないように気をつけましょう。マンションは管理規約等で、使用に関して決め事があるので、確認をしましょう。また、強風で物が飛んでしまわないように、収納や固定をきちんとすると良いですね。

“バルコニスト”デビュー？

秋の柔らかい日差し“小春日和”に、家のベランダやバルコニーを外リビング・ダイニングとして活用して楽しむ“バルコニスト”デビューをしてみませんか？

小さなテーブル&チェアを出してお茶やランチをすれば、お外ライフの始まり。外用サンダルに履き替えなくても、室内からそのまま出られるよう、使わなくなったマット類を敷くと良いですよ。今年は十三夜が11月1日、満月は4日、ボジョレーヌーボー解禁日は16日。夜のベランダが活躍する機会も多そう。

ストールやひざ掛けをしながら秋の少し冷えた空気を感じるのも、新しい楽しみになるかもしれませんね。



LEDランタン



LEDキャンドル



LEDなら安心ね！

かんたんレシピ

鯖サンド（カレー風味）



トルコの鯖サンドをアレンジ！

材料

（1人分）

- 生鯖 切り身1/4匹分
- カレーパウダー
- 小麦粉・コショウ 少々
- オリーブオイル 大さじ2
- バゲット 中1/3本

- （野菜）
- 白菜 1枚
 - 人参 1/3
 - サラダ菜 2枚

- （調味酢）
- 酢 大2
 - 砂糖 大さじ1
 - 塩 小さじ1/2



秋鯖が美味しい季節です。『サンドイッチに鯖〜?!』という声が聞こえそうですが、これが意外に合うのです。脂ののった鯖と相性抜群の酢野菜を使って休日のランチなどにどうぞ！

①白菜は、横に5mm幅で刻み、にんじんは千切り、調味酢をかけておく。

②鯖は骨を抜き取る。カレーパウダー、コショウ、小麦粉を混ぜたら鯖の両面に振る。

③フライパンを中火で熱し、オリーブオイルで②の鯖の皮目を約3分焼き、皮がパリっとしたら裏返し、約3分焼く。油はよく切る。

④バゲットは横半分に切れ目を入れる。サラダ菜と①の野菜、③の鯖をはさんで完成。

※調味酢の砂糖を蜂蜜にしても良いですし、レーズンを入れても美味。

※バゲットを食パンに変えたり、酢野菜を普通の野菜に変えても！お好みでどうぞ。