







記念日カレンダー





ひな祭り(3月3日桃の節句)には女の子の健やかな成長を願って楽しくお祝いしましょう。 ひな人形は、愛娘を病気や怪我、災いから守ってくれる「お守り」の意味があります。



ひな祭りは「桃の節句」ともいうように、季節の節目のひとつです。 節分過ぎの日柄の良い日に飾りはじめると良いでしょう。初節句の場合は少しでも長く飾って楽しんでもらう為に、1月の中頃からの大安や友引に飾るといいですよ。

また片付けるタイミングは、ひな祭りが終わったら早めに、天気の良い日を選びます。「早く片付けないとお嫁にゆくのが遅くなる・・・」とは、しつけの例えです。天気のよい乾燥した日に、埃を払ってからしまうようにしましょう。 ひな人形は湿気に弱いので、雨の日を避けた方が良いでしょう。

ひな祭りの定番のお料理といえば、ちらし寿司にはまぐりのお吸い物、ひし餅、雛あられ、白酒(又は甘酒)などが代表的ですが、今どきのひなまつりって、「ひな人形を飾る」、「ひなあられを食べる」などをおさえて、「ちらし寿司を食べる」が人気No.1だそうです。ひな祭りにはぜひおいしい手作り料理でお祝いしてあげたいものですね。



ワクワクの春、もうそこまで!

こんにちは。皆さんお元気ですか?萩原です。 そろそろ梅の便りが聞こえてくる頃ですが、やっぱり! 少々遅れ気味・・・

今年は、ラニーニャの影響か全国各地でまれに見る寒波と雪の多さがずいぶんニュースになりましたね。

まだまだ寒く、春の訪れが遅い様です。

神代、梅の里公園の「梅まつり」も1日より始まりましたが2週間くらい遅れそうだという予想、毎年ニュースになる河津(伊豆)の早咲き桜も若干遅れ、桜祭りも期間延長!と某TVアナウンサーが言っておりました。

そうとはいえ3月。陽も長くなり三寒四温と現場でもニッコリしている大工さんもいますよ(笑)

そんな春に向け 10、11 日の「春、エコ新生活提案!! 「**タカラフェア**」を皮切りに春に相応しくフレシュで ワクワクなイベントをどんどんご案内して行こうと 思います!

また「復興支援・住宅エコポイント」や「地域産材活用 補助金制度」などの優遇処置のメリットを十分活用でき ますようご提案させてもらいますね。

子どもたちが健やかに育つ家。

おじいちゃん、おばあちゃんの笑顔が素敵な暮らし。 ご夫婦の趣味を活かした快適な間取り、などなど… 「住まい」に係る小さな夢から大きな夢

想い、夢は必ず叶う! (セルフイメージ、20 世紀最大の発見といわれています)

その夢の実現をドンドンお手伝いさせていただきます!

萩原









ECOな暮らし 〜家 空間〜続き間を見直そう〜

昔の住まいでは、続き間といって和室2間を連続して配置して、祝事や法事など、来客の多いときに 仕切りの建具を取り払い大きなワンルームとして使うということがよく行われていました。現代の住ま いにも「続き間」を取り入れることで、もっと楽しいライフスタイルを実現してみては!



障子で用途を変える・・・リビングと和室を一続きのワンルームとして使ったり、来客時には 障子を引くこともでき、住まいの雰囲気を和と洋に変えて楽しむこともできる



和室の床を上げる・・・リビングにソファ等を置かなくても腰掛代わりになり 床下収納や堀コタツなども設置できる

タテの続き間・・・「吹き抜け」を使って住まいに光や風を取り入れ、 空間を伸びやかに演出する



上下の続き間・・・上下の階が空間的に結ばれることで、風通しのよい明るい住まいになる

ともに子育て 『~赤ちゃん、 ミルクから離乳食へ~』



元来、食べることというのは、本能的、生理的なメカニズムに支えられ ているそうですが、これによって赤ちゃんは発育していくのです。だから 生まれたての赤ちゃんでも、誰にも教わらなくともミルクを飲むことを 知っていますね。赤ちゃんのミルクの飲み方は、チューチューとミルクを 吸いながら気管に飲み込んでむせることもなく、実に上手にゴクンゴクン

ところが生後3~4ヶ月頃になると、「吸うこと」と「飲み込むこと」 が一緒でなくなり、口の中にミルクをためたり、一気に飲み込んだりでき

できたころすで「一本方々ん、これのから離乳でいるそうですが、これによって赤ちゃんは発育しているそうですが、これによって赤ちゃんは発育していますね。赤ちゃんのミルクの飲み方は、チェ吸いながら気管に飲み込んでむせることもなく、実にと飲み込んでいきます。ところが生後3~4ヶ月頃になると、「吸うことが一緒でなくなり、口の中にミルクをためたり、一名ようになってきます。いわゆる「遊び飲み」の始まりです。遊び飲みというのは、今までミルクを一気にぐいぐいと飲んでいたのが、途中で吸い付かなくなってミルクのみが中断してしまう状態をいいます。この時期はミルクを吸う行動と飲み込む行動がずれてくるようになりますので、離乳食をはじめることができるようになります。このように赤ちゃんが普通に食べることができるようになるまでには、おいまなのです。

このように赤ちゃんが普通に食べることができるようになるまでには、お 母さんの手助けが必要不可欠なのです。





萩原が走る!~「家づくりの旅役者」

野の花 はうすのblogより

例年西大寺の会陽が終わると春の気配を感じるのですが… 今年はまだまだ寒い日が続いてます。

そんな中、K様新築地では先週より造成、盛土工事を進めてます。 水はけ、絞まり、強度に適した土混じりの岩砕で固め、 接した道路の一番高い所を基準に20cmは嵩上げします。 ここ、とっても大切!!

雨の日の水の流れや地域的に考慮した増水時の安全確保。 また通常時においての湿気対策。これは基礎、土台、各建具などの 耐久性に大きく影響します。

それと家にとっての最悪の敵シロアリ、防害虫にも大切なんです! いろんな意味で"水は命"ですね。

文字どおりシッカリと土台を固めてます!!





野の花 はうすの日常の1コマ!覗いてみてね! **| 野の花 はうす**





超簡単なレシピのご紹介!

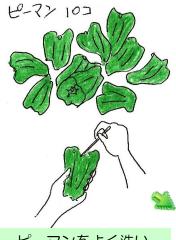
ピーマンを時々ひっくり返しながら蓋をして弱火で15分ほど煮る。

みんな好きになるピーマンレシピ

ピーマン丸ごと生き点

本当に簡単なんです! 用意した鍋の煮汁の中にピーマンを 丸ごと入れて煮込むだけ♪ 冷蔵庫で半日~1日冷まして煮びた し風に!!

材料



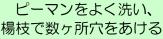
煮オ 米 100 CC 正油 大か3 みりん 大か3 洒 大さ2 しょうがの4でのり 109

平鍋に煮汁の材料とピーマンをいれ火にかける

冷めたら 冷蔵庫で 半日~1日 冷やして完成♪ かつおぶしをかけ てお酒のおつ まみにも・・











置き換えダイエットの話

置き換えダイエットは、1日の摂取カロリーを減らす事によって減量に 成功すると言うダイエット方法です。長く続けるコツは、同じ物ばかり を食べ続けないような工夫をする ことです。

理想的な食事のバランスは、



ダイエットする時に、理想的な栄養バランスは、

炭水化物:脂質:蛋白質は、2:1:1の割合

基礎代謝は年齢が上がるほど基礎代謝も低下していきますが、毎日消費されている量の目安は、

体重×30カロリーが目安

ママの元気とキレイを保つだけでなく、家族みんなの健康のためにも、栄養バランスを考え良質の材料を使った食事を作ることを心がけましょう。

今月の格言

○幸福の秘訣は自分がやりたい事をするのではなく、 自分がやるべき事を好きになることだ。

byジェームズ・バリー

(1860-1937)「ピーターパン」の作者として有名なイギリスの童話作家、ファンタジー作家、劇作家







情報室 ~消費税はどうなるの、金利は?!~

【消費税】2010年代中ごろまでに現行5%から10%へ段階的にアップする増税案

二段階として'14年4月8%'15年10月10%とする増税案を了承。

※例えば総額2000万円の戸建て住宅を購入したとすると **200万円** 消費税はとアップしてしまいます。

【金利】住宅ローン金利上昇との情報も有力。

※個々で出来るなら出費は押さえたく"タイミング"は逃したくないものです。

Tel (0868) 22-7649 Fax (0868) 25-2546

ホームページ 野の花 はうす

地元密着工務店

感謝の創業51年



野の花 はうす

靈萩原注研

〒708-0006

内

岡山県津山市小田中2218

0868-22-7649 雷話

0868-25-2546 Fax

E-mail info@h-juken.co.jp

最後までお読み頂きありがとうございました。

突然ですが…**家電などの電気コード、コンセントを確認してみ** てください!

先日の早朝に隣町で大きな火災が発生し、弊社からは地域の消 防団役員の社長をはじめスタッフ、協力業者さんの団員数名が 消火に緊急出動しました。何はさて置き、遅くまで一部の方は 翌朝まで片付けや残り火に対処された様です。その甲斐あって 怪我人等が居なかったのが何よりでした。

2棟を全焼した原因は漏電の可能性が高く、家電のコードが家具 等に踏まれゴム被覆が破れ、発火し引火した様です。

以前、私の自宅では逃げ出したペットのハムスターがコードを



かじり電線ムキ出し、断線発火危機一髪、笑え なかった事を思い出しました…

そんな事もありコンセント廻りのホコリ プラグとの接続部などコードの破れを **今一度チェック**してくださいね!

火事は全て持ち去りますから…

萩原住研 出版室



被災復興支援につながる形として復活しました。

: 平成23年10月21日~工事着手したもの 新 築

リフォーム: 平成23年11月21日~

3月1○(土)11(日)**タカラフェア開催!!** (タカラスタンダード㈱協賛)

見て、聞いて納得! 触れて、味わって実感! フレッシュな春に楽しさ満載のワクワクなフェア! エコなのに**快適**、あなたの毎日もピカピカにリフレッシュ★ 今なら復活した、お得な復興支援住宅エコポイント。

Hクッキングヒーター、ガス調理機器の料理実演とご試食 比較もできますよ!詳しくは別紙をご覧ください。

※料理実演、プレゼントの都合上、 お越しになるご予定を連絡下さいますと幸いです。 TEL 090-8243-1777 担当 柴田



プレゼント



