



手づくり 通信

青木建築(株)



2010・9 第153号

幻想の月

秋風にたなびく雲の絶え間より
もれ出づる月の

影のさやけさ

左京大夫顕輔

百人一首に出て来る有名な歌です。秋風に吹かれて長くたなびく雲の切れ間から漏れる、月の光の澄み切った様子を表した歌ですが、お月見の季節にぴったりの情景ですね。9月の月には何とも言えず風情があります。

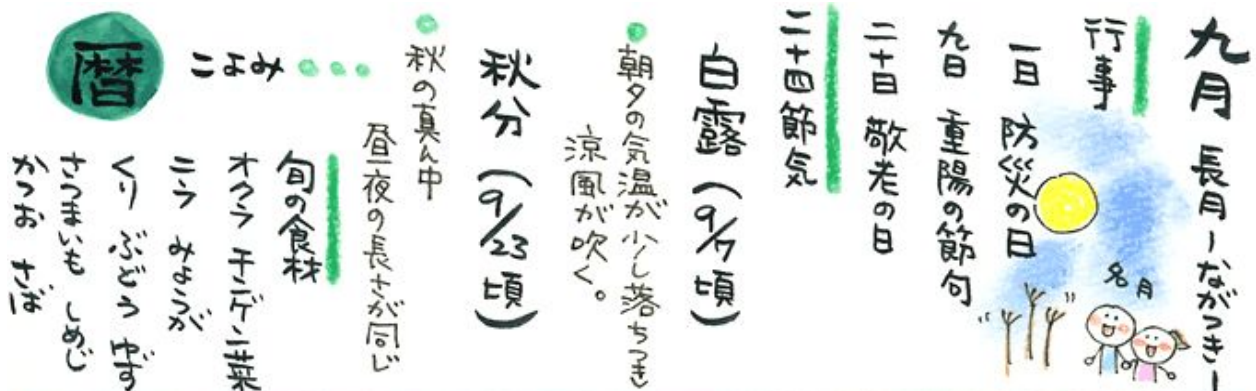
「十五夜」は、旧暦の8月15日。満月の夜の事を言います。古くは中国から伝わった風習で、平安時代には貴族の間で月を見る「観月の宴」が催されていました。ちょうど収穫の時期でもあったので、人々は月見団子や里芋、枝豆、栗などを供えて、お酒を楽しみながら、月を眺めていました。

十五夜は、別名「仲秋の名月」とも言い、一年で一番美しい月とされています。雲に隠れた月を「無月」、雨が降って月が見えない事を「雨月」と言い、美しい

月に雲がかかって見えない時もほの暗い明かりで風情を楽しむ、という日本の「わび、さび」の心が伺われます。また、十五夜の前日の月を「待宵」（まつよい）、翌日の月を「十六夜」（いざよい）と言い、名月の前後を楽しむのも味わい深いものがあります。

京都、大覚寺の観月会は、船の上から月を楽しむ事ができます。水面に映った月を見るのも、また風流な楽しみ方の一つです。あたり一面に茂った銀色のすすきが風にたなびき、水面にはかすかなさざ波。ゆらゆらゆれる一筋の光がぼんぼりのように浮かび上がって、薄暗い水面を照らします。琴の音色を聴きながらゆっくりと船は進み、源氏物語の世界へ。本堂の鐘の音が響きわたり、きらびやかな雅の世界と風流な「和」が見事に融合して、幻想的な夜の宴が繰り広げられます。

今年の十五夜は9月22日です。窓辺で少し風情を感じて「夜の宴」を楽しんでみてはいかがでしょうか？

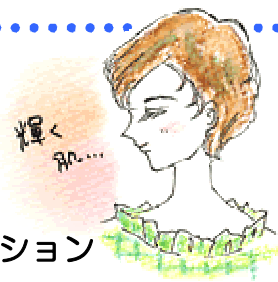


きれいのたね

『ファンデーションの種類』



きれいな肌に仕上げてくれるファンデーション。
特徴を捉え、肌のタイプに合わせて選んで下さい。



◆パウダーファンデーション

【特徴】

塗りやすく、スピーディに仕上がります。
カバー力は弱いので、こまめな塗りなおし
が必要になります。

【おすすめ肌】

乾燥肌、肌の弱い方におすすめ。

◆リキッドファンデーション

【特徴】

つけ心地が柔らかで透明感が出やすく、カ
バー力にも優れています。

【おすすめ肌】

乾燥肌、脂肌、混合肌どの肌質にもおすす
め。

◆クリームファンデーション

【特徴】

シミやクすみなどの肌のムらをカバーする
のに最適です。肌にしっかり入るので、化
粧落としは念入りにしましょう。真夏は少
し崩れやすくなります。

【おすすめ肌】

乾燥肌や年齢が高い方におすすめ。

*クリームとリキッドファンデーション
は、必ず上にフェイスパウダーをのせ
ましょう。美しさがアップし、お化粧
の持ちも良くなります。

わかる健康教室 ～すだち～



秋の食卓に必ず登場するのが、小さな緑色のすだち。焼き魚に「ギュッ」と絞る
とおいしいですね。主食の引き立て役ですが、実はとっても栄養があるのです。

ビタミンがたっぷり

すだちの果肉と果汁にはビタミンCがたっ
ぷり含まれており、風邪の予防や疲労回復
に、とても効果的です。

お料理にちょっとかけるだけで、消化が促
進されます。油っこいものを食べる時には
特におすすめです。その他、クエン酸には
疲労回復や利尿効果もあります。

すだちは強力な助っ人

果汁にはクエン酸
も多く含まれてお
り、胃腸の消化機
能を助ける働きが
あります。焼き魚
はもちろんの事、



皮にも栄養がたっぷり

すだちというと、ギュッと絞るというイ
メージがありますが、皮にも栄養がたっ
ぷりあるのです。すだちの皮にはビタミンA
が豊富に含まれており、目の疲れや視力の
回復に効果があります。すりおろして食べ
ると香りもよく、食欲が増しますよ。



あっ！それなーに？

～ ポケット付箋 ～

取っておきたいレシート、請求書、学校のお便りなど、ぐちゃぐちゃになっていませんか？とってもおしゃれに整理できるすぐれものがあるんです！



昨年、（株）ビジョンクエストから発売された「ポケット付箋」。ノートにもうひとつポケットがあったら……。そんな悩みを解消してくれました。

◆付箋の機能を生かしたポケット

ノートなどにちょっと印をつける付箋にポケットがつきました。使い方は普通の付箋と同じなので、ノートに貼っておいて、いただいた名刺を入れたり、大切なメモを入れたり……。今までノートに挟んだままで無くしがちだった物の整理に役立ちます。

◆何度でもはがせる

一度貼っても何度でもはがせて、また違う所に貼りなおしができるので、重宝します。ノートに、クリアファイルに、冷蔵庫に。お値段も20枚で280円とリーズナブル。

◆可愛いデザイン

大きさは7.5cm×7.5cmの正方形で、一つの角が丸くなっていて物が取り出しやすくなっています。ピンク、ブルー、イエローの色も可愛く、2009年グッドデザイン賞を受賞しました。また昨年末にモノトーンの色も発売されました。



お家のお医者さん

引き戸を滑いやすく

ふすまや障子の引き戸。何となく重く感じながら開け閉めしていませんか？敷居にちょっと手を加えるだけで、とても軽くなりますよ。



◆ゴミを取り除く◆

敷居にたまったゴミを取り除きましょう。それだけで、戸の開け閉めがスムーズになります。

◆敷居にロウを塗る◆

敷居の溝にろうそくのロウを塗ると、戸が滑りやすくなります。

◆敷居テープを貼る◆

ホームセンターなどで売っている敷居専用のテープを、敷居の溝に貼ります。溝の幅にあったものを購入しましょう。

◆溝を削る◆

それでもまだ戸が重たいようなら、敷居の溝を80番のサンドペーパーでこすります。溝巾にあったものにペーパーを巻いて、平らに削るのがポイント。一気に削るのではなく、滑り具合を見ながら削っていきましょう。

◇お電話ください◇

間に合わせて滑りやすくするだけでなく、あきらかに建具の一部が磨り減っていたり、ゆがんでいる、建具がそっている、すき間があく、といった状態がある場合には一時しのぎでは無理なことも。一度ご相談くださいね

全国おみやげ辞典

落花生畑

千葉県 船橋市



江戸時代、宿場町として栄えた千葉県舟橋市は、江戸から成田山へお参りするのための成田街道があり、その街道沿いに賑わいました。また千葉県は、日本一を誇る落花生の産地で、秋には広大な大地の中で、香ばしい落花生がたわわに実ります。

収穫した落花生を香り豊かな餡にして、しっとりとパイに包んだお菓子が、菓匠白妙の「落花生畑」です。代表の高橋弘光氏は、

「TVチャンピオン」の和菓子職人選手権でV7を達成した、和菓子の達人です。

お問い合わせ：菓匠 白妙

<http://www.shirotae.com/>

電話…… 047-480-3741

価格…… 8個入り 1,575円
12個入り 2,205円



会長が育てているゴーヤ♪
(^O^)/この夏も
すくすくと
成長しました。



(写真は7月)
伸び盛りを撮影

トちなしまの当んうし らる工食 もを新まう
元はか私すこ団。よたさまのイ欲私っ聞、せか日
気み気自。ろスリリ。てたはトが自とか各ん。の
！んが身着のカーも場お食あがな身もな地か。と入りの
もな付は替男ウダ名所盆べり気がなこい日最この言が
ら人か弟えしトー古は休れがになの夏一な気夏高のつ早
っ懐なともか(は屋長みるたなると夏温はもり、
てつい2おい子相ほ野にかいところやは。た4当古夜
まここ人風ない供変ど県ボも。、ろかは。残く0に屋吹く
す。パも兄もボたらなく曇イス 幸せ。何り暑ら度暑の風
ワあ弟ないちずな野ス なでも暑さもい近かつはも
ーり、んイは9い市カ のウ ト だ事味疲しす。た！猛！く
全ま子らス男割！のキヤ のキヤ の古ン
開す供気力女おと穂ト 食しべと。ス中のお気
でねもにウ半父い高の 味の食るでユ、暑皆秋の
ぶ。息すとなんの名ヤ 。味食るでユ、暑皆秋の
かも二こはのたが古ン 食しべと。ス中のお気
っ男と随でち正屋プ 欲くれと。ス中のお気
て女でも分すで解よへ の元るは 症連変配
き問すな霧。すかり参 にででつ もの続わな
まわかか困自がも涼加 ない少て 戦ユ録ごで
ずらっ気分、ししし 。子、たもが現れいて っら々も 後ー更ざし
。ホ供なで違子在まとき ンたかすい供のせいま たらウ、 ス いよ

今月の顔

masaki
青木正樹



H22年 9月

住まいづくりのパートナー

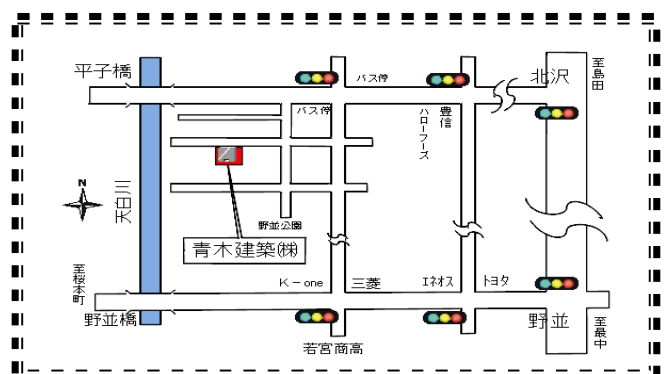


青木建築(株)

名古屋市天白区中坪町36-2 Tel.052-896-1390

名古屋市南区砂口町109 Tel.052-821-5834

<http://www.aoki-home.net>



すまにごはん

サマのネギと味噌焼き

旬のサマを
ちょっと変わった
食べ方で。お酒に合う
のでおつまみにも
おすすめの一品。

今日のおつまみ
何かな？
今日はこれー!!

サマの脂肪には血中のコレステロールや中性脂肪を減らし、重たな石を
予防する効果があるのだ、サマの脂肪を落とさない調理がおすすめ。

下ごしらえ

- サマ 三枚におろして
半身を2等分する。
- 万能ネギ 小口切り
- 長ネギ 5cmの長さのせん切りにして
水にさらした後、水けを絞り
白髪ネギにする。

材料 2人分

- サマ 2尾
 - 万能ネギ 適量
 - 長ネギ 適量
- (A) 味噌 大さじ2
酒 小さじ1
砂糖 大さじ1

作り方

- (A)と万能ネギを混ぜ合わせる。
- サマの腹側に①を塗る。
- オーブンを敷いた天板に②をのせる。
- 200℃のオーブンで5分程焼く。
- 皿に盛りつけ、白髪ネギをのせる。



ちょっとお酒落しに
日本酒カクテルは
いいかい？

サマロック (一杯分)

- 日本酒 45ml
- 1/4カットライム 1片

グラスに日本酒を注ぎ
カットライムを軽く絞って
かき混ぜる



お好みでオールドファッション
グラスにミキサー!!

マンションリフォーム工事 (名古屋市昭和区)



住まいづくりの掲示板



賃貸マンションリフォーム 壁天井の塗替え キッチン取替え
入居者の方に気持ちよく住んでいただけますように。



浴室内の壁・天井の塗替え
タイル床・壁の防水工事 ポリ浴槽からステンレス浴槽へ取替え
きれいになるとなんだかうれしいですね。



テラス(ひさし)工事 (名古屋市南区)

福祉施設
雨よけ・日よけ用の電動のひさは、長さ10メートル・奥行3メートルです。

幅広い年齢層の利用者さんが訪れる施設の出入口
送迎者のスムーズな乗り降りや待機に配慮が必要です。
利用する皆さんが安全に快適に利用できますように。



新築工事 (大府市)

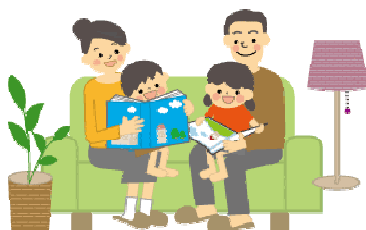
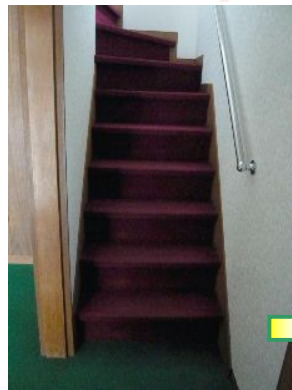
高台の立地と工夫された間取り
この夏の暑さの中、家の中を抜ける風が作業中の職人さんたちの疲労を和らげてくれます。 感謝



お客様からブランコ
の板のご依頼。作っちゃ
いました～。ご家族で楽
しんでいただけたらうれし
いなあ(^-^)/



中古住宅リフォーム (名古屋市天白区)



若いご夫婦が中古住宅を購入。手入れされたお住まいですが、玄関の緑色のカーペットと階段の赤色のカーペットから板張り替えなどをご依頼。明るいカラーで若々しい雰囲気になりました。まだまだ目が離せない元気な子供さん用にゲートを設置。他にキッチンのフローリングと壁クロスを張替えなど施工させていただきました。新居へのお引越も完了。
W様ご家族の幸せを願っています。

