

アイライクホーム通信

2012 夏号



菖蒲町の 花菖蒲・ラベンダー

6月3日、花菖蒲を観に行きました。少し早かったかなー、という感じでしたがとてもきれいに咲いていました。会場で作業されている方に聞きましたところ、ラベンダーは6月下旬頃が見ごろとのこと。で....24日に再度訪れてみました。すると、ラベンダーが満開！ 更に菖蒲も3日には咲いていなかった種類のものが咲いていて、3日より更に見事でした。

メイン会場で自転車を借りて、ラベンダーの丘へ、そのまま市内をサイクリング、何だか旅行で観光地へ行っみたい。近くにある、花がいっぱいのカフェも見ごたえ十分！ こんなに近いのに旅行気分を味わえて、とても得した気持ちで、「来年もまた来よう」と思いました。

ラベンダーを眺めていると、通りがかった一眼レフのカメラを持った男性に話しかけられました。「太田のユリもきれいだよ」と親切に教えてくれました。来年は太田のユリも観に行きます！

皆様も、近くの名所を見直してみてはいかがでしょうか？

恒例の、TDYリモデルフェア

お客様 感謝祭が 開催されます

今回もお楽しみコーナーがいっぱい！ 詳しくは別紙チラシをご覧ください。

当社印のあるチラシをご持参の方に限り粗品を差し上げます。受付で当社の社員をお呼び出し下さい。



TOTOのシステムバス サザナがリニューアルされました。

高級感がアップ！ ほっからり床がスプリノに近くなり、浴槽も、更に入りごこちが良くなりました。新しいサザナを、ショールームで、是非ご覧ください。

復興支援住宅版ICP[®] イトは、受付終了の見込みです (7/4現在)

暮らしの 知恵袋

簡単手作りソースで パスタ上手に!

家庭でも定番メニューとしておなじみのパスタ料理。簡単に作れるソースのコツをマスターすればメニューの幅が広がり、パスタ上手になります！

●トマトソースを作るコツ

市販のトマトの水煮缶を使うと、濃縮された味わいのソースが簡単に作れます。生のトマトを使ってソースを作る場合は、砂糖をひとつまみ加えるのがポイント。長時間コトコト煮込んだような味わいとコクが生まれます。

●ホワイトソースを作るコツ

タマネギやベーコンなど具材を炒めながら、小麦粉をパラパラと振り入れます。具材と粉が十分になじむまで炒めてから、牛乳を少しずつ加えればOK。ホワイトソースは作るのが難しそう……なんて思われがちですが、この手順で作ればダメもできずに、クリーミーなホワイトソースが簡単に出来上がります。

今日の 日食[♪]おん

なめたけと 青しそのつくね

材料
4人分

●鶏挽き肉 200g
●白炒りごま 30g
●サラダ油 適量

●なめたけ 100g
●青しそ 20枚

ボウルに鶏挽き肉、なめたけ、白炒りごま、細切りにした

青しそ8枚を入れ、手でこねます。それを8等分にして丸めたら、

軽くつぶして表面に白炒りごまをまぶします。

油を引いたフライパンに並べ、中まで火が通って

表面がきつね色になるまで焼きます。

最後に青しそでくるんだら完成!



チーム服部考案の健康レシピ150品を掲載!
「服部幸應の健康レシピ」
服部幸應・著(学研教育出版/1,050円(税込))



酸化と糖化を防いで、健康な体・素肌を保ちましょう!

カラダ、肌の老化に活性酸素が関わっていることはご存知の方が多いと思いますが、一方で、糖化がカラダのたるみの原因になることはご存知でしょうか？

パンを焼いたときに表面が焦げて固くなったり、炊飯器に長時間保温したごはんが黄ばんだりする。これが糖化です。

糖化とは、タンパク質と糖が結びつく反応のことで、糖化反応が進むと「AGEs(最終糖化生成物)」ができてしまいます。糖化は肌でも起こり、加齢とともにAGEsが増加します。AGEsは肌の弾力の元であるコラーゲン同士を結合させ、弾力を低下させるため、シワやたるみの原因となるのです。糖化が進むとくすみの原因にもなります。

糖化による影響は美容の分野だけの話ではありません。コラーゲンは骨や血管などカラダ全体に存在しているため、コラーゲンの糖化によってカラダの中がたるみ、さまざまな病気のリスクが高まります。

バランスの良い食生活で、酸化・糖化に強いカラダと肌を作りましょう。



<編集後記>

消費税の増税法案が可決されました。2014年4月に8%、2015年10月に10%という法案です。デフレ、低金利、不景気の中での増税、税金以外の国の抜本的な財務改善策をすべて先送りしての消費税増税を3党合意という異例の事態で可決しました。また、政権与党の中での分裂・離党というおまけ付きの民主党、もうこの国はどこへ行こうとしているのか！ 今の若者に、選挙に行って投票しようとか、政治不信になるなどか、未来に夢をもて、とか言ってもむなしくなってきます。



代表取締役 小野寺