

ワークショップ・イベント募集



新しい一年が始まりましたね。まだしばらくは、人混みを避け、できるだけお家の中で過ごす時間の方が多いと思います。そこで、今月は、皆様のお家での過ごし方をお聞きしたいと思います！限られた空間の中で、皆様どのようにお過ごしですか？気分を上げるモノや、方法があれば是非お聞かせくださいね☆★



先月号で募集しました、『こんな教室あったらいいな♪』にご意見いただきましたので、ご紹介いたします。

- ◎フラワーアレンジ
- ◎音楽会
- ◎子供と一緒に作れるもの
- ◎木工教室

日常生活に彩りをそえられるものに人気があるようでした。ご意見を参考にさせていただき、少しずつですが安全に考慮しながら、お子様や、初心者の方でも気軽に参加していただけるような企画を考えていきたいと思っております♪ ありがとうございます！！

TEL:0774-32-8483

(株) 三浦建設

MAIL:office@kk-miura.com

旬のレシピ

ヘルシーなハンバーグ ☆しつとりと柔らかい食感です♡

おからのしつとりハンバーグ



《材料》 2人分

- ・牛ひき肉 …… 100g
- ・おから …… 100g
- ・れんこん(小)… 1/2個
- ・たまねぎ …… 1/4個
- ・大根おろし …… ｶｯﾌﾟ 1/4
- ・柚子こしょう…適量
- ・ポン酢しょうゆ …小さじ2
- ・バター、サラダ油 …各小さじ1

【A】

- ・卵 …… 1/2個
- ・塩 …… 小さじ1/3
- ・こしょう …… 少々
- ・ナツメグ …… 少々

【B】

- ・大根 …… 50g
- ・にんじん…15g
- ・水菜 …… 1束
- ・ねぎ …… 1/4本



《作り方》

- ①れんこんは皮をむいてすりおろし、軽く水けをきる。たまねぎはみじん切りにする。
- ②フライパンを熱してバターを溶かし、たまねぎをいれる。透き通るまで炒めたら、おからを加えて炒め合わせ、粗熱をとる。
- ③【B】をつくる。大根とにんじんは3~4cm長さの千切りにし、水菜も同じ長さに切る。ねぎも同じ長さの千切りにする。これらを冷水中に放してパリッとさせる。
- ④ボウルに牛ひき肉を入れ、粘りが出るまで混ぜたら①のれんこん、②、【A】を加えて合わせ、2等分して形を整える。
- ⑤サラダ油を熱し④を並べ、中火で両面に焼き色をつけたら酒をふり、弱火にしてふたをし、4~5分蒸し焼きにする。
- ⑥③の水けをきって器に盛り、⑤をのせ、その上に大根おろしをのせ、ポン酢しょうゆと合わせた柚子こしょうをかける。



LOHAS



=Lifestyles of Health and Sustainability
”健康と地球の持続可能性を志向するライフスタイル”

「お部屋の乾燥対策」

お部屋の乾燥対策をご紹介します

☆洗面器にお湯をはって効果アップ

洗面器にお湯を入れると気化しやすく広範囲に蒸気が拡散し、より効果を得る事ができます。

アロマオイルを数滴たらすと香りも楽しめておすすめです



☆床を水拭きして加湿しながらきれいなお部屋に

お掃除のついでに濡れた雑巾でカーペットを水拭きしましょう。部屋の湿度が上がり、同時にほこりも掃除できるのでウイルス対策にもなります!!

☆霧吹きの水やルームミスト

霧吹きの水やルームミストなどをお部屋にスプレーするのも手軽な方法です。

消臭・除菌スプレーやフレグランスミストなどを使うのもOK!! カウンタートップ、ソファなど布製品に吹きかけると加湿効果が上がりますよ



美肌のための理想の湿度は60%、
最適なお部屋の湿度は50~60%とされています。

住宅豆知識

日々の暮らしの参考にして下さいね

~本当の事、職人の方に聞いてみました! part29~

部屋の壁のクロスの貼り替えを考えています。ペットがいるので臭い対策もしたいのですが、何かいいアイデアはありますか?

ANSWER



クロス貼り替えの際、最近注目されているのは、消臭機能付クロスや自然素材の塗り壁・タイルなどがあります。

自然素材の代表的なものが、珪藻土やしっくいなどです。消臭効果や調湿効果もあります。

消臭効果では、アンモニア性ガスの吸着消臭性能に優れ、室内でのペットの臭いだけでなく、お料理の残り香や、お部屋全体の臭いを消臭して澄んだ空気してくれます。

さらに、調湿効果では湿度RH60%前後に自然調整もします。湿度が高い時には湿気を吸い、湿度が下がると吸った湿気を放出する事で湿度を一定に保とうとする機能です。

結露の発生を予防したり、それに伴うカビ・ダニの発生も抑えてくれます。快適な空間でお住まいいただけると幸いですよ



珪藻土原石



しっくいの塗り壁

(参考写真 写真です)



リフォームにご関心のある方、不動産をお探しの方、建て替えをお考えの方、お気軽に御相談下さい。
小さな修繕から大改造まで当社のコーディネーターがご提案させていただきます。
URL: <https://www.kk-miura.com>



(株) 三浦建設

〒611-0002 京都府宇治市木幡須留1-189

TEL: 0774-32-8483 FAX: 0774-32-6730

URL: <https://www.kk-miura.com>

Office mail: office@kk-miura.com