

♪ ハートホームカルチャー ♪



『食育講座』



◎ 5月12日(日) 13:00~15:00

「高齢者でなく、幸齢者」

雑談を交えながら、楽しく学ぶ♪

食生活を見直すヒントがありますよ。



～お気軽におこしください～



『洋裁教室』

◎ 5月20日(月) 「パンツ」

サラっとしたワッシャーの生地のパンツです♪

時間： 10時～12時
13時～15時 各2名

費用： 4,500円 (材料込)

☆ご予約は、電話・メール・公式ラインにて
お待ちしております☆



旬のレシピ

..タコライス..



瑞々しく、シャキシャキした歯ざわりと濃い旨みの
春レタスを使った簡単料理のご紹介♪



【材料】(2人分)

- | | | |
|-----------------|-------------|-----------------|
| ・ニンニク(すりおろし)…2g | ・ご飯…400g | 調味料A |
| ・オリーブオイル…適量 | ・レタス…3枚強 | A 中濃ソース…大さじ2 |
| ・合挽肉…180g | ・プチトマト…10個 | A トマトケチャップ…大さじ2 |
| ・塩…少々 | <半分に切る> | A 醤油…大さじ2 |
| ・胡椒(黒)…少々 | ・ピザ用チーズ…25g | A チリパウダー…少々 |
| ・タマネギ…1個 | | <お好みで> |
| <みじん切り> | | |



【作り方】

- ①フライパンを中火にかけ、オリーブオイルとニンニクを加えて、香りが立ってきたら、合挽肉を加えて、塩、胡椒をし炒める
- ②合挽肉に8割がた火が通ったら、タマネギを加えて、しんなりするまで炒め、【調味料A】を加えて、全体に混ぜ合わせる
- ③器にご飯を盛り付け、「3」の具をご飯の上に盛り付け、レタス、トマト、ピザ用チーズを飾れば完成です！！

シャキッとした食感と、ピリっとした辛さがくせになる一品です。
ぜひ、作ってみてください♪



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>



持続可能な開発目標(SDGs)とは、
すべての人々にとってよりよい、
より持続可能な未来を築くための17の目標”

～ 三浦建設の取り組み～

『次世代へ使い継ぐ』



弊社のショールームにはモンキーポッドという木で作られた
テーブルがあります。モンキーポッドとは、♪この～木なん
の木～♪の「日立の樹」としても有名な木です。左右に大きく
広がる枝葉は、人々の憩いの場となり、ハワイでは「人が集
まる木」と呼ばれています。

そんな温かい存在のテーブルを、メンテナンスや修繕を加えて、
愛着を持って使い続けています。

一般的に、家具材として利用できる木に育つまで、苗木を植
えてから最低でも80年かかると言われています。だからこそ、
一本一本の木を有効に使い、そして、育った年月(家具で言
えば80年)と同じだけ使い継いでいく事が、次世代のための
木を育て、貴重な森林資源が永続的に循環するシステムな
のではないのでしょうか？

永く大切に使い続けていく事こそ、
今の時代ではとても重要な事だ
と思います。



子育てをするのに適切な家の広さについて解説します！

子どもたちの成長に合わせて、適切な空間を
提供することは、家族の幸せに直結します。

ちょっと教えて！
豆知識

子育てをする家におけるポイントとは？

1.見守りやすい間取り

間仕切りが少なく、リビング横に和室がある間取りがおすすめです。

子供の安全性を確保し、育児や家事の負担が軽減されます。

2.掃除や整理整頓のしやすさ

床面の段差が少ない間取りは、掃除がしやすく、家事負担を軽減してくれます。

3.玄関やお風呂の広さ

玄関には人数分の靴とベビーカーを置けるスペースを確保しましょう。

浴室は大人と子供が一緒に入浴できる広さが望ましいです。

4.ライフスタイルに合った間取り

家族のライフスタイルに合わせ、3LDKや4LDKなど適切な間取りを選びましょう。

5.将来も住み続けられる間取り

子供の成長を見越して、必要な部屋数や機能を考慮した間取りが重要です。

子育てをするのに適切な家の広さとは？

詳しくは、弊社HP2024年1月22日をチェックしてみてください。



(株) 三浦建設

〒611-0002京都市宇治市木幡須留1-189

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

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

Office mail: office@kk-miura.com