

発行日 2019年 8月

# KINOKA めーる

伍代幸夢店

## ひんやり夏シェイク

暑い夏のおでかけ。休憩はカフェでひんやりシェイク。そんなちょっとした幸せが嬉しく思えるこの頃です。

クリーミーでトロンとしていて甘～いシェイク。泡状のものをぎゅっとストローで吸い込むとひんやりまろやかなのどごしです。シェイクは牛乳やアイスクリームなどの乳製品にチョコレートや果物などのシロップを混ぜてシャーベット状に作ります。シェイクとは英語で「振る」という意味で、バーテンダーがアルコールの入った飲み物をシェイカーで振るように、牛乳やアイスクリームやシロップなどを入れてシェイクした飲み物が一般的にシェイクと呼ばれています。

昔懐かしい喫茶店のメニューによくあるミルクセーキは本当はミルクシェイクなのですが、ミルクセーキが日本に入ってきた頃、「シェイク」の発音が聞き取れなくて「セーキ」になったといわれています。甘くて冷たいミルクセーキ、実はご家庭でも簡単に作れるんです。牛乳200ccと卵1個、砂糖大さじ2、バニラエッセンス、氷少々を全部合わせてミキサーにかけるだけで、美味しいミルクセーキができます。砂糖をはちみつに変えたり、練乳を足したりしてお好みの味に調節して下さい。

本格的にシェイクしてみたい方は、材料を水筒や密封容器に入れて蓋を閉めてシャカシャカ振ってみましょう。本格的なミルクセーキが出来ますよ。

牛乳を温めてティーバックで紅茶を煮出し、冷ましてからは同じ材料を加えてミキサーにかけると、ロイヤルミルクセーキになります。お好みでシナモンを振り入れたり、ウイスキーを垂らすと大人のミルクセーキになりますよ。

今はミルクセーキよりもシェイクの方が馴染み深いですね。お店で売っているようなあのフワフワのシェイクも実は簡単に作れます。バニラアイスクリーム200gに牛乳100ccをミキサーで混ぜるだけでフワフワのシェイクの完成です。お好みでバナナを加えてバナナシェイクにしてみたり、バニラアイスチョコミントアイスに変えるとチョコミントのシェイクが出来ます。ミントやチョコチップを添えると、オシャレなシェイクに仕上がりますよ。

お好みでストロベリーや抹茶を加えてみたり、チョコレートシロップで作るなど、バリエーションも豊富で簡単に作れます。この夏はご家族や、お客様と、ひと味ちがうひんやりシェイクを楽しんでみてはいかがでしょうか？

# 8月 August

歳時記

わらび粉はとても高価なため、江戸時代からくず粉を混ぜて作られるようになりましたが、今では芋やタピオカのでんぷんで作られることが多くなりました。



季節の和菓子

わらびもち

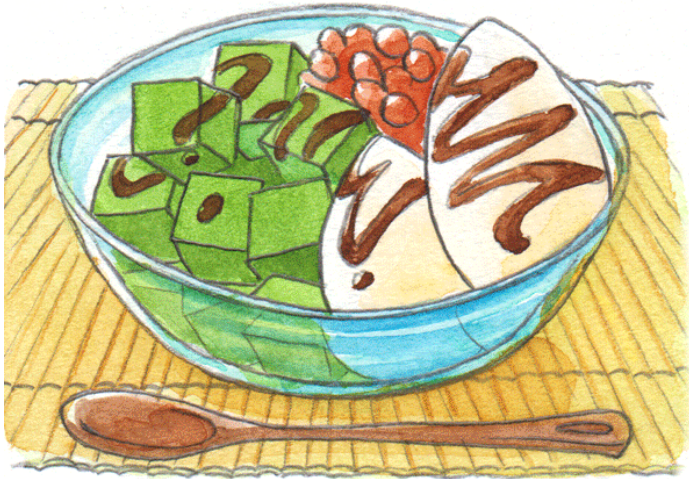
平安時代、わらびの根を使って作られ、あんの入った丸い形をしていた醍醐天皇の好物が茶道のお茶菓子として食べられるようになりました。



# 抹茶寒天

## 材料(4人分)

抹茶	大さじ1/2	砂糖	大さじ3
熱湯	大さじ3	黒みつ	適量
水	400cc	バニラアイス	適量
粉寒天	4g	ゆで小豆(缶)	適量



## らくらくレシピ

①鍋に水と粉寒天を入れ、静かにまぜながら中火にかける。沸騰したら弱火にし、2分程煮て寒天をとかす。さらに砂糖を入れ、とけたら火をとめる。



②抹茶に熱湯を少しずつ注ぎ、よく混ぜて溶かす。それを①に加えてよく混ぜる。抹茶が溶けたら、目の細かいザルか茶漉しで漉しながら、バットに注ぎ、粗熱を取って冷蔵庫で冷やす。



③固まったら好みの大きさに切り分けて器に盛り、バニラアイス、ゆで小豆、黒みつを添えて、できあがり。



## ＊寒天＊

海藻を原材料としている寒天は、ほとんどが食物繊維です。腸内環境を整える水溶性食物繊維と、腸のぜん動運動を活発にする不溶性食物繊維の、どちらも寒天に含まれており、便秘に効きます。



# たのしいこどもLife

夏を楽しむ！お祭りに出かけよう！

夏はお祭りの季節！大人にとっては準備や気苦労で少し面倒に感じることもありますが、子供にとっては貴重な経験となります。今回はお祭りの良さをお伝えします。

### ◆みんなで気持ちを一つにできる

盆踊りやおみこし担ぎなど、日常生活では味わえない一致団結する気分を味わうことができます。慣れ親しんだ地域の中で、いつもはばらばらの生活を送っている人たちが、気持ちを一つにしてだんだんと踊りや掛け声が揃ってくるのを目にすると心が高揚し、気持ちが良くなってきます。

### ◆出店で売り買いを楽しむ

店舗で買い物するのは、まだ少し不安で慣れていない小さな子供たちにとって、出店は人とやり取りできる絶好のチャンス。地域の人や保護者が出店しているので安心ですし、年長者とのコミュニケーションを楽しむ経験ができます。また、自分で物を手に入れることができた、といった自信にもつながりますよ。



### ◆世間に出会うチャンス

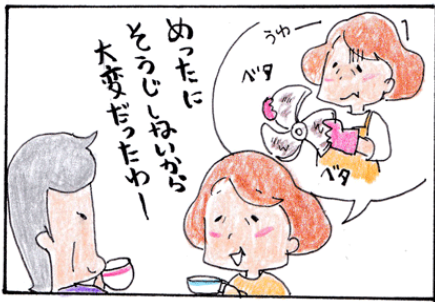
お祭りは、先生や保護者たちの安心感の中で、多くの時間を過ごしている子供たちにとって、いつもは挨拶程度のおじさんの別の一面を見たり、地域のいろんな人と会える機会です。地域コミュニティの一員としてお互いに顔見知りになっておくことは、幅のある人間関係を築けるチャンスになります。

### ◆楽しみ方は色々、無理をせずに参加しよう

いくら周りの子供たちが盛り上がっていても、踊りたくない、周りで様子を見ていたいという子供もいます。その場にいるだけで楽しめる子もいるので、無理やり参加させずに子供のペースやタイミングを見つつ、大人もパワーをもらいに行くつもりで一緒に楽しんでみましょう。



# ハッピー住まいる！ ～換気扇のお手入れ～



気温が高い夏は、付着した油汚れがスムーズに落ちやすいので、換気扇のお掃除をするのがおすすめです。気温が高い時期に何度か掃除をしておけば、年末の大掃除の時にあまり時間をかけず、簡単に済ませることができますよ！



## ◆掃除の前準備

- ・電源を切り、換気扇のプラグを抜くかブレーカーを落とす
- ・汚れが飛ばないように、新聞紙やビニールシートで養生する
- ・厚手で滑り止め効果のあるゴム手袋を着用する



## ◆換気扇のお手入れ方法

- ①浅型レンジフードなら整流板、フィルター、ベルマウス、ファン、深型レンジフードならフィルター、ファン、換気扇カバーを取り外します。
- ②キッチンペーパーに中性洗剤をスプレーし、換気扇本体に貼り付けしばらく放置します。汚れが浮き上がってきたらそのまま汚れを拭き取り、水拭きと乾拭きをします。
- ③大きめのゴミ袋にぬるま湯と中性洗剤を入れ、取り外したパーツを1～2時間程浸け置きします。
- ④整流板、フィルター、換気扇カバーはブラシやスポンジでベルマウス、ファンは硬すぎないたわしやブラシで汚れを落とします。特にファンは汚れが激しいので、長めに浸け置きしてから擦り洗いしましょう。
- ⑤仕上げに水洗いした後、しっかり乾燥して水気がなくなればパーツを取り付けて完了です。



## ◆ひとくちメモ◆

換気扇本体は週に1回、中の分解掃除は1～3ヶ月に1回がおすすめです。油汚れが固まらないうちは簡単に汚れが落ちるので、分解が手間でも掃除自体は楽になりますよ。

## 今日のインテリア

\*\*氷の花\*\*

可愛いお花を氷の中に閉じ込めてみましょう。意外と簡単にできますよ。

### ◆水中花の作り方

- ①製氷皿に半分、水を入れます。
  - ②食用のお花をきれいに洗って、浮かべます。
  - ③残りの水を入れて、製氷皿の中をいっぱいにします。
- ※花びらが水に浮かぶ性質を利用して簡単に水中花が作れます。

### ◆容器も氷で

大小大きさのちがうボールを用意。大きい方のボールの底に水を入れて花びらを浮かべて凍らせて、小さいボールを重ねてテープで固定。隙間に水を入れて凍らせると、素敵なお花の容器が完成します。ボールの裏がわにお湯をかけてはずします。



## 第6回 木工教室 開催しました！

7月28日に開催した木工教室には、  
 これまでの最高人数 26組！ 総参加者合わせると 100 名超え！！  
 たくさんの方に参加していただきまして、ありがとうございました(\*^\_^\*)  
 人数が多かった分、至らなかった事もあったかと思いますが、  
 楽しんでいただけましたでしょうか？



万年カレンダー



来年もまた企画したいと思うので、  
 今回参加してくれた方も、まだ参加したことのない方も  
 ぜひ、遊びに来てくださいね(^\_^)



ミニトラック

### 【夏季休暇のご案内】

誠に勝手ながら  
 8/11(日)～8/15(木)を  
 夏季休暇とさせていただきます。  
 皆様にはご迷惑をおかけいたしますが  
 何卒、宜しくお願い致します。



暑い日が続きますが、夏バテ防止に食事と  
 質の良い睡眠。そして、寝汗をかくことも  
 必要らしいですよ！  
 それでは、楽しい夏をすごしましょう♪

## 今月のラッキーパーソン

- 1月生まれ** 「お洒落な人」今まで培った経験や知識、友情、愛情、思い出が財産だと気付けそう。
- 2月生まれ** 「学者タイプの人」義務を優先し動くことでモヤモヤを打破。
- 3月生まれ** 「温厚な異性」謙虚さとコミュニケーションが鍵。
- 4月生まれ** 「ライバル」誤解からトラブルを招くことも…。思い付きで発言しないよう気を付けて。
- 5月生まれ** 「健脚の人」森林浴を楽しんだり裸足で川に入ったりと土に触れて自然のエネルギーをチャージ。
- 6月生まれ** 「靈感が強い友人」アナログの中に人生のヒントが隠れている模様。
- 7月生まれ** 「中性的な人」ささやかでも自分らしさに繋がれば浪費ではなく有意義な投資になります。
- 8月生まれ** 「凛々しい眉の人」心を整え上質な時間を過ごす吉。美しい所作や言葉遣いを心掛けて。
- 9月生まれ** 「異業種の友人」色々な考え方があり、その立場でないとわからないかも…安易な批判は避けて。
- 10月生まれ** 「長身の女性」沢山の刺激を受けると心豊かになれ、いつもの風景も違って見えます。
- 11月生まれ** 「思慮深い人」不要なデータは消去し、いらぬ証書類や不用品は処分して吉。
- 12月生まれ** 「兄弟姉妹」まずは前に進んでやってみること。実際に経験してみる事で様々な気づきあり。



会社名 株式会社 伍代工務店  
 住所 鯖江市下野田町 25-7-2  
 連絡先 0778-62-1258(代)  
 ホームページ <http://www.kinokanoie.co.jp>  
 Facebook [www.facebook.com/godai.koumnten](http://www.facebook.com/godai.koumnten)



『木の香の家』は伍代のこだわり！  
 新築・リフォーム・増改築・古民家の再生など  
 適材適所を考え 皆様にご提案しています。  
 ※配信の停止を希望される方は、弊社までご連絡下さい。