

発行日 2020年 2月

# KINOKA めーる

伍代幸夢店



## 冬のダイヤモンド

冬の夜、心と足を止めて空を見上げると、ダイヤモンドを散りばめたような星の数々。ピンと張りつめた冷たい空気の向こうに、星達が瞬いています。

冬は空気が澄んでいるので、星がとてもきれいに見えます。それは空気が乾燥していて、空気中の水分が少ないから。実は星の観測には、夏よりも冬の方が適しているのです。

冬の夜空で一番見つけやすいのがオリオン座。オリオン座は砂時計のような形をしていて、中央の細くなったところに3つ星が並んでいます。真冬の夜、南の空の高い位置で見つけることができます。そのオリオン座の左上隅の赤い星「ベテルギウス」と、他の2つの星を結んだ冬の大三角形を見つけてみましょう。

ベテルギウスより斜め下、南東の方角にひときわ輝く星がおおいぬ座の「シリウス」です。シリウスは白く見える星で、冬の星座の中で一番強く輝いています。そこから東よりに斜めに見上げると、こいぬ座の「プロキオン」があります。こいぬ座の1等星で黄色みがかかった星です。この3つを結び「冬の三角形」になります。しんと冷える空気の中、夜空に大きな三角形を見つけた時は、何とも言えず嬉しく、感動します。

その三角形を囲むようにしてさらに大きな六角形を描くのが、「冬のダイヤモンド」です。

まずは、大三角形のプロキオン、シリウスに、オリオン座の「リゲル」を結びます。リゲルはオリオン座中央の3つ並んだ星の右下の星。ベテルギウスとちょうど対角線の位置になります。

リゲルから北西に上がった位置にあるのが、おうし座の「アルデbaran」。おうし座の1等星でオレンジ色に輝いています。オリオン座の中央の3つの星を斜め右上に伸ばした位置にあります。

アルデbaranから北東へずっと伸びたところに、赤く輝く星「カペラ」があります。ぎょしゃ座の1等星で、ダイヤモンドの一番とがった部分にあたります。

そして、そこから南東に少し下がったところにある、ふたご座の黄色い1等星「ポルクス」を見つけてください。その下にあるプロキオンと結びと、大きな六角形、冬のダイヤモンドが出来上がります。

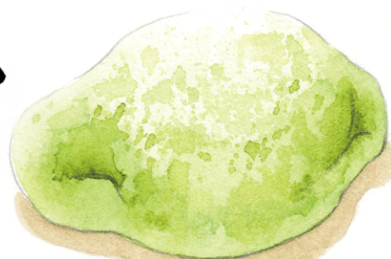
6つの星は全て1等星なので、比較的簡単に見つけることができます。

冬の夜空に描かれた、大三角形とダイヤモンド。壮大な宇宙のロマンを感じますね。何かいいことが起こりそうな予感…。ぜひ夜空を見上げてみてください。

## 2月 February

歳時記

豊臣秀吉をもてなす茶会にて献上した粒あいを餅で包み、きなこをまぶした一口大の菓子をもてなす茶会にて献上したと、秀吉が気に入り命名したという説があります。



季節の和菓子

うぐいす餅

青大豆を煎った青いきなこをまぶした、あじの餅です。軽くつままれた先がまるで春の鳥、うぐいすのくちばしのようにほころりかわいい和菓子です。

# カキとトマトの ガーリック焼き

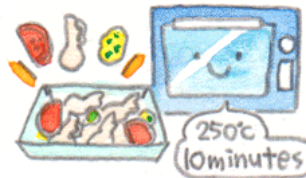
## 材料(4人分)

- ・生ガキ 200g
- ・バター 大さじ3
- ・トマト 150g
- ・塩 適量※
- ・バゲット 適量
- おろしにんにく ½かけ分
- パセリ(みじん切り) 大さじ1
- 粗びき黒こしょう 少々



①生ガキは海水程度の塩水でサッと洗い、ザルにあげて水気をきる。トマトは半分に切り、7mm幅に切る。

②ボウルにバターを入れて、やわらかくなるまで練り、※を加えてよく混ぜる。



③耐熱皿にトマトを敷き、生ガキを並べ、②をとところどころに散らす。250度に熱したオーブンの上段に入れ、約10分間焼く。バゲットはトースターで焼き、皿に盛り付けその上にカキとトマトのガーリック焼きをのせれば出来上がり。

## ★カキ★

カキには亜鉛が多く含まれています。亜鉛は、体の代謝や細胞を作ることを助ける酵素の成分のひとつ。肌や髪などを健やかに保つ働きや、風邪を予防するなどの効能があります。



# たのしいこどもLife

## 親子バトルを回避！心に響く言葉かけ

「学力を伸ばしてあげたい」「やるべきことに自ら取り組んでほしい」という親心で、つい子供に対する言葉も厳しくなってしまういませんか。ストレートに気持ちを伝えてしまうと、子供は「認められていない」という気持ちになってしまうことも。子供の心に響く言葉に言い換えて、バトルも回避していきましょう。

### ◆「どうしてもできないの！」をチェンジ！

「なぜ？」「どうして？」という問いかけは避けましょう。子供は責められている気分になります。決めた時間の前に「今日は何時からはじめる？」決めた時間になったら「今日は何からしてみる？」決めた時間を過ぎてしまったら「今からできそう？」など、子供と並んで立っているイメージで声かけしてみましょう。

### ◆「早くしなくちゃダメでしょ！」をチェンジ！

宿題や課題にダラダラと取り組み集中できていない



と、つい一言言いたくなりますが、ここはぐっとこらえて「早く終わらせた方がいいな」と気づいてくれるように誘導してあげることが大切です。

「うまく進んでる？」「調子はどう？」→「なんとかしたい？」→「じゃあ、一緒に考えてみようか」といった声かけにしてみましょう。子供自身が今の状況を考えて、気持ちを切り替えやすいです。

### ◆「せっかく教えているのに！」をチェンジ！

勉強がわからない、といったことで怒ってしまった子供を見てイライラ。そんな時はいったん気持ちを落ちつけるよう心がけてみましょう。

「イライラしてごめんね」→「頑張ってるよ、きつくてきつくて言ってしまったわ」→「どこまでわかったかな、やってみようか」

言葉の裏に子供への愛情があることに気づけば、安心して気持ちを話してくれるはずですよ。

# ハッピー住まいる！ ～排水口をきれいに～



毎日使っているキッチンやお風呂。その排水口は汚れが溜まりやすいので、独特の臭いやヌメリ、詰まりが発生していませんか？場所別の正しい掃除方法でいつでも清潔に保ちましょう。

## ◆排水口が汚れる原因

キッチンの排水口の汚れの原因は、料理等の際に出る食べ物のカスや油、水垢。そしてお風呂の排水口の汚れの原因は、体から出る皮脂やフケ、抜け毛や埃、石鹸カス、水垢等様々です。それらが流れることで詰まりを引き起こしたり、排水口のゴミ受けやトラップ、カバーに雑菌が発生し、独特の臭いやヌメリを引き起こすのです。

## ◆キッチンの排水口の掃除方法

用意するもの ゴム手袋、台所用中性洗剤、スポンジ、歯ブラシ

- ① ゴム手袋を装着し、排水口カバーを取り外して中性洗剤とスポンジで洗う。
- ② 排水口カバーの下のゴミ受けを取り外し、中性洗剤と歯ブラシを使い目に沿って汚れをこすり落とす。
- ③ ゴミ受けの下の排水トラップを左に回して取り外し、中性洗剤と歯ブラシを使い汚れを落とす。
- ④ 排水口の中をスポンジや歯ブラシを使い掃除する。
- ⑤ 外したパーツをすべて元に戻し、水を流して完了。

## ◆お風呂の排水口の掃除方法

用意するもの ゴム手袋、重曹、クエン酸、スポンジ、歯ブラシ

- ① ゴム手袋を装着し、排水口カバーを取り外して髪の毛等のゴミを取り除いておく。
- ② 排水口の上から重曹をまんべんなく振りかけ、コップ一杯のぬるま湯に、重曹の半量のクエン酸を溶かしかける。
- ③ 泡が出てきたら10～30分程度放置し、ぬるま湯で流す。
- ④ 残った汚れはスポンジと歯ブラシでこすり落として完了。

## ◆ひとくちメモ◆

ゴミ受けにふんわりと丸めたアルミホイルを入れておくと水を流すたびに金属イオンが発生し、臭いやヌメリを抑える効果がありますよ。

## 今月のインテリア

### \*\*素敵なコットンフラワー\*\*

この季節ならではのお花、コットンフラワーを素敵に飾ってみましょう。

### ◆コットンフラワーって？

枝の先についたふわふわの綿は、綿の木から収穫されます。夏から初秋にかけて花が咲き、秋になって茶色になった実が割れて中から白い綿が出て来ます。一枝に5～8つくらいの綿がついています。

### ◆松ぼっくりと合わせて

ナチュラルな雰囲気なので、松ぼっくりや木の実がよく合います。1～2本、花瓶に入れて、大きめの松ぼっくりを添えましょう。コットンだけをリースに飾っても素敵です。



## 「冬の食中毒」

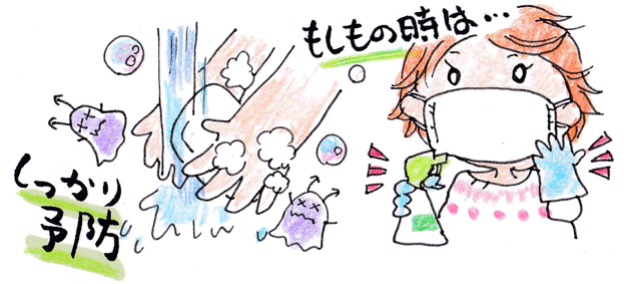
食中毒といえば、夏のイメージがあるかもしれませんが、食中毒の原因のほとんどは、細菌性とウイルス性のもので、細菌性は高温多湿の夏場に多く発生するのに対し、ウイルス性は冬場に増加します。特に冬は、ノロウイルスによる食中毒が多く、注意が必要です。

### ～ ノロウイルスによる食中毒について ～

ノロウイルスの感染については、食材が原因の場合よりも料理をする人が原因で感染する場合の方がはるかに多いです。

ノロウイルスの感染力は非常に強く、感染時の便1gには1億個、嘔吐物1gには100万個、手に付着するとしわ1mmの深さに2.5万個のウイルスが存在するといわれています。

タオルにつくと、冬季は約3週間も死滅せず、手につくと手洗い1回では落ちないことが確認されています。



### ノロウイルスの感染予防

#### ●手洗いの徹底

アルコール殺菌は効果がないため、石鹸と流水で皮脂とともに洗い流すことが効果的です。

#### ●食品の加熱

85度以上、1分以上の加熱で感染力を弱めます。

#### ●嘔吐の処理

二次感染を避けるため、使い捨ての手袋を使い、塩素系漂白剤で拭き取り、処理後の手袋等は密封し燃えるごみとして処分します。

もうすぐ2/14、バレンタインデーですね。

誰かのために選ぶのも楽しいですが、がんばっている自分へのご褒美の日としてセルフプレゼントはいかがですか？

疲れ気味の自分への癒しの「スイーツ」や気分がリラックスできる「バスグッズ」、またはゆっくりとくつろげる「温泉」などもいいですね(\*^\_^\*)

年に一度の『自分のイベント』として楽しんでみてください♪

## 今月のラッキーパーソン

- 1月生まれ** 「脚の長い人」昔を懐かしんでばかりでは中途半端な結果に。未来に繋がる行動を。
- 2月生まれ** 「努力家な友人」仲間との交流が運氣UPの秘訣。楽しいことが増えマイナス発言も減少します。
- 3月生まれ** 「理・美容師」心に潤いが足りていないと感じたらプチ贅沢で自分を甘やかして。
- 4月生まれ** 「スポーツトレーナー」良いと思うことは実行に移して吉。成果を挙げれば自信に繋がりそう。
- 5月生まれ** 「快活な女性」トラブルに巻き込まれるかも…。距離を置くか話の通じる第三者の介入を。
- 6月生まれ** 「物怖じしない人」忘れ物やアクシデントで思わぬ出費も…。身の回りのチェックを怠らないで。
- 7月生まれ** 「裁縫が得意な人」こだわりを捨て、本来の自分スタイルで活動を。
- 8月生まれ** 「勤勉家」掃除や節約など、自然環境にも財布にも優しい習慣がGood。
- 9月生まれ** 「愉快的な仲間」必要のない情報は消化、排出を。愉快的な人たちと接すればネガティブが変転。
- 10月生まれ** 「情熱的な人」イベントを企画して吉。準備しているだけでもウキウキ気分。
- 11月生まれ** 「頼れる人」自分を信じてチャンスを掴みに行くと吉。
- 12月生まれ** 「精悍な男性」ネットに頼らず、自分で考えると吉。生きがいや人生のヒントが見つかりそう。



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。