

発行日 2023年 5月

KINOKA めーる

伍代幸夢店

ボサノヴァ気分で

爽やかな風が心地よい季節になりました。お部屋をお掃除する時、お茶を飲む時に、何だか陽気な音楽が聴きたくなりますね。

陽気な音楽といえば、ブラジルの「サンバ」が浮かびます。南米の太陽をいっぱい浴びたカラッと明るい音楽。陽気なリズムにのって、つい踊りだしたくなる軽快な曲です。サンバはもともと19世紀の終わりごろ、ブラジル北東部の港町、現在のサルバドールでアフリカの黒人たちによって誕生しました。

その後、リオ・デ・ジャネイロに移住した人々によって打楽器やギター、管楽器などが組み合わされ、1910年台にサンバの音楽ジャンルが確立しました。リオのカーニバルなどに代表されますが、日本では誰もが一度は聞いたことのある、サッカーや野球の試合の応援歌として流れる「サンバ・デ・ジャネイロ」、CMなどでよく聞く「ブラジル」などが有名ですね。

1950年代になると、リオ・デ・ジャネイロの学生やミュージシャンたちによって「ボサノヴァ」が誕生しました。ボサノヴァは、ポルトガル語で「新しい傾向」という意味。それまでのサンバに心地よい歌詞や旋律を乗せた、まさに新しいサンバとして、世界の音楽シーンに広がりました。

ボサノヴァというと、ワインやバーが似合う、オシャレな音楽のイメージがあります。洗練された大人のイメージはアメリカのジャズにも似ていて、ニューヨークの香りもしますが、あくまでブラジルのサンバから派生したボサノヴァ。8ビートで奏でられパーカッションを使わず、ギターでリズムをとる、しっとりとした曲に仕上がっています。代表される「イパネマの娘」「おいしい水」「マシュ・ケ・ナダ」などの曲は、きっとどなたも聞き覚えがあるのではないかと思います。

どこかけだるいアンニュイな雰囲気のある曲は、郷愁を誘い、コーヒーとグリーンが似合う場所で聞きたくなりますね。明るい陽射しが差し込むリビングで溜まったパソコン仕事をしながら。少し遅く起きた朝の寝室で。爽やかな風が吹くベランダで洗濯物を干しながら。皆さんはどんなシーンで聴いてみたいですか？

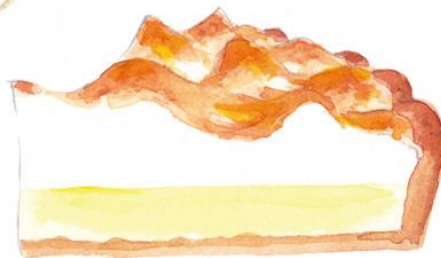
おすすめの曲は、初夏の風を感じる「サー・マリーナ」や、ギターの旋律と囁くように歌う愛の歌「ディサ・フィナード」、しっとりと聞きたい夜には「コルコバード」など。

初夏の一日、ボサノヴァを聴きながら素敵な時間を楽しんでみてはいかがでしょうか？

5月 May

由来

「シトロン」はフランス語でレモンのこと。レモンがよく育つプロヴァンス地方やコートダジュール地方の伝統菓子で19世紀初頭、王様に献上していたスイーツだったそうです。



焼菓子

タルト オシトン

焼いたタルト生地にレモン汁とバターを流し、その上にメレンゲをたっぷりとのせたタルト。メレンゲがのっていないものもあります。

ほくほく新じゃがフライ

材料(4人分)

・新じゃがいも	700g
・塩	適量
・こしょう	適量
・揚げ油	適量



- ①新じゃがいもは、皮つきのままだよく水洗いし、ペーパータオルなどで水気を拭き取る。
- ②フライパンに揚げ油を入れて、170℃に熱する。新じゃがいもを入れ中火にし、竹串がすっと通るまで揚げたら強火にして温度を上げる。
- ③こんがりしてきたら油から出し、器に盛りつける。熱いうちに塩こしょうをふって、できあがり。

★新じゃがいも★ ~ 選び方 ~

- ・形が丸く整っていて、重みのあるもの。
- ・皮に傷やしわがなく、なめらかなもの。
- ・芽が出ていたり、皮が緑色のものは避ける。(もしあれば芽は取り除き、皮は厚めにむく。)

たのしいこどもLife

目の健康を守ろう

学校からタブレットが配布されて、お子様の視力の低下が心配という声を聞きます。タブレットに限らず、ゲーム機やスマホ、パソコンなどによる視力の低下は、実際に多いようです。

◆なぜ視力が低下するの？

私たちが物を見る時、目の中の水晶体が厚くなったり薄くなったりして、ピントを調節しています。水晶体の厚さが変化するのは、水晶体を支えている毛様体筋という筋肉が伸びたり縮んだりすることによります。

タブレットなどを見る時は、近くの画面を集中して見ているので、毛様体筋に力が入りすぎ、筋肉が硬直してしまいます。これが長時間続くと、視力の低下につながるそうです。紙の本などの場合は、文字を目で追うことで眼球が動くのですが、デジタルの場合は画面をスクロールするので、どうしても画面を凝視してしまうため、視力低下につながりやすいのです。



◆目を守るためには？

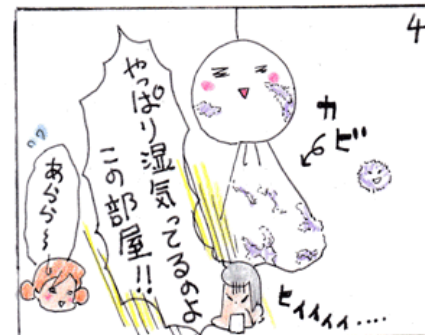
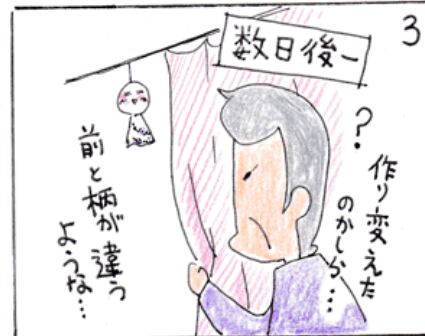
昔から、遠くの山を見ると目にいいといわれます。遠くを見ることによって毛様体筋を緩めることができるので、遠くを見ることは効果的なのです。

遠くの景色や、緑色のものでなくてもいいので、部屋の中の離れた壁の時計などを時々見るようにしましょう。視線を手元から離すだけでも、毛様体筋は緩みます。15～20分に一度、少し遠くを見たり、軽く目を閉じたりなどして目を休ませてあげると、視力の低下を防ぎ、目の疲れをとることができます。

また、凝視していると瞬きが少なくなり、ドライアイにもなりやすいです。意識的に瞬きをするのがおすすめです。少し遠くを見たり瞬きをすることを意識して行うのは、子供は自分ではなかなかできないと思うので、お家の方が声をかけてあげるといいですね。

ハッピー住まいる！

～ 効果的な除湿 ～



もうじき梅雨の季節が始まりますが、湿度対策は万全ですか？ 室内にたまった湿度は、放置するとカビやダニ発生の原因に。湿度対策を講じて、梅雨の季節も快適に過ごしましょう。

■湿度がたまとどうなるの？

湿度がたまり室内の風通しが悪いままで放置すると、壁やカーテン、家具などにカビやダニが発生・繁殖します。部屋が傷むだけでなく、カビの胞子やダニの死骸、糞などがアレルギー症状の原因となるため、アレルギー性鼻炎や気管支喘息などの発症リスクが高まるほか、食品に付着して食中毒の原因になるなどの健康被害も。こまめに除湿対策をしましょう。

■効果的な除湿対策4選

①窓を開けて換気をする

室外の方が乾燥している場合は、窓を開けて換気しましょう。換気をする際は窓を2か所開けると効果的。扇風機やサーキュレーターを使うと短時間で換気することができます。

②家電を活用する

除湿機やエアコンの除湿機能などは、部屋全体の湿度をボタン一つで調節してくれるので、電気代はかかりますが非常に効果的です。布団乾燥機も湿度がこもりやすい布団に大活躍です。

③家具の配置を変える

湿度は空気が動かない場所にたまる性質があり、家具と壁や、家具と家具を密着させていると、そこに湿度がたまります。間隔を5cm以上開けて、空気の通り道を作りましょう。

④除湿剤、炭、重曹、新聞紙を使う

クローゼットや押し入れ、下駄箱などの部分的な空間に使いたいのが除湿アイテムです。基本置くだけでいいので設置は簡単。消臭効果がある重曹や炭は臭いのこもる場所におすすめです。濡れた靴に丸めた新聞紙を詰めるのも効果的です。

◆ひとくちメモ◆

もしカビが発生した際は掃除機の使用は厳禁です。逆に部屋中にカビを撒き散らしてしまうことになるので、エタノールを含ませた布で拭き取るなどの方法で除去するようにしましょう。

今月のインテリア

＊＊おしゃれな苔テラリウム＊＊

苔というとお寺の庭などに生えている和のイメージですが、今、お部屋の中でインテリアとして楽しむ苔が人気です。

◆ガラスの中の小さな森

ガラス容器の中に広がる和の世界。深い緑の苔は私達日本人の心に安心感を与えてくれます。どの部屋にもマッチし、ガラスの中の世界が疲れた心を癒してくれます。

◆作ってみよう

蓋つきのガラス容器の中に土を入れ、石を入れて日本庭園を造ります。この時、手前を低く奥を高くするのがポイントです。水差して土を湿らせて固め、ピンセットで苔を植えていきます。霧吹きで湿らせて完了です。ヒノキゴケ、タマゴケ、オオシラガゴケなどがおすすめ。



家族の安全を守る「防犯リフォーム」

近頃、侵入窃盗犯罪の被害が増えています。

そこで、そのような犯罪を防ぐための防犯リフォームについてご紹介します。

・防犯窓に換える

過去のデータによると5割以上が窓からの侵入とされています。

窓ガラスを防犯ガラス（複層ガラス）に換えたり、内窓を付けたりする事で侵入に時間がかかります。

泥棒は侵入に時間がかかることを嫌うので、侵入を諦めやすくなります。

・安全性の高い鍵へ交換

・インターホンの取付

配送会社を装った窃盗犯も増えています。

インターホンには録画機能もついているので、防犯対策となります。

・防犯カメラ・センサーライトをつける

センサーライトは自宅の敷地内だけを照らすようにすることが大事。

敷地外を照らすと、通行人が通るたびにライトが光り、光る事に慣れて異変に気づけなくなります。

・門扉・フェンスの設置

フェンスを乗り越えるのは一目につきやすいので抑止効果があります。

侵入されると見えなくなるものではなく、ある程度見通しのよいタイプがおすすめ。

防犯砂利をひくだけでも歩くとじゃりじゃりと大きな音がするので効果があります。



防犯リフォームの費用は現状の状況によって違いがでますので、ご要望の方はご相談を！



すがすがしい季節になりました。

5月13日は4年ぶりに通常どおりに

「つつじマラソン」が開催されるそう

です。ようやく元の日常生活に戻ってきました

ね。私もすこし運動でも始めようかな(*'▽')

【GW 休暇のご案内】

5/3（水）～5/7（日）を

GW 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。



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.koumuten



『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。

今月のラッキーパーソン

1月生まれ「肝が据わった人」客観的に捉えたり、楽しむ心のゆとりが大切。人と比べず自分の個性を大事に。

2月生まれ「働き者」季節の変わり目に出やすい症状に注意が必要。休日にはゆっくり休養して。

3月生まれ「歌うのが好きな人」急展開で話が進んだり、とんとん拍子で物事が進むなど面白い時。

4月生まれ「楽天主な人」ニコニコ楽しそうにしている人と時間を共有して。

5月生まれ「印象的な人」シビアになって Good。チェックしてみれば儼約に。

6月生まれ「帽子が似合う人」前半は少し頑張るくらいの方がやりがいも UP。後半は無理ないペースが吉。

7月生まれ「正直者」発言がコロコロ変わる人に振り回される可能性も。

8月生まれ「個性的な人」独特な世界観を持つ人と一緒にいることでユニークな発想になれる模様。

9月生まれ「大胆な友人」物事はシンプルに考える方がうまくいくでしょう。

10月生まれ「冒険心がある人」自分で調べてみたら真実だったなど、目からウロコの衝撃あり。

11月生まれ「凛々しい人」他人が羨ましく見えたなら現状に不満があるのかも。趣味に専念。

12月生まれ「控えめな人」トラブルが成長を手助けしてくれます。自分磨きへの出費は前向きに。

