

KINOKA めーる

伍代幸夢店

クルージングを楽しもう

爽やかな季節。お天気も安定しているこの時期は、潮風に吹かれてクルージングを楽しんでみるのもいいですね。クルージングというと、遠くへ出かける船旅を想像しますが、今、気軽に参加できるランチクルーズやアフタヌーンクルーズ、ディナークルーズが人気です。

東京湾をめぐるランチクルーズは、レインボーブリッジをくぐり、羽田空港を見ながら、東京湾を1周するコースです。ランチを楽しみながら、ゆっくりと海から見える景色を楽しむ時間。降り注ぐ太陽と潮風に吹かれて、どこか遠くに来たような、そんな船旅気分を味わえます。

ディナークルーズは、東京の夜景がたっぷり堪能できます。水上から見るレインボーブリッジや東京ゲートブリッジは、水面にライトが反射してとてもきらびやかです。昼間とはまた違った風景が広がります。

ゆったりと楽しみたい方には、屋形船がおすすめです。昔ながらの屋形船は中がお座敷になっており、提灯が並んだ佇まいが、江戸情緒を感じさせてくれます。旬の食材を使った和食をゆっくり楽しみながら、2時間半のコースを満喫できます。

横浜赤レンガ倉庫発着のクルーズは、夜が幻想的で素敵です。ディナーを楽しみながら、みなとみらいの夜景の中で、ロマンチックな夜を過ごしましょう。横浜クルーズでおすすめなのが、工場夜景クルーズです。川崎の京浜工場地帯をめぐるクルーズは、普段見ることのない工場の姿を間近で見られます。ガイドさんの説明を聞きながら、大師運河や塩浜運河を通り、実際に活動している工場の音や、蒸気、煙など、クールな光に浮かび上がった建物の息使いを感じることができます。工場の夜景クルーズは、北九州市でも土、日曜日に運航されています。

関西のクルーズは神戸から。ハーバーランドを出発して大阪湾を須磨沖、淡路島方面へ向かいます。ランチクルーズやスイーツビューフェ、ワンドリンククルージング、ナイトクルージングなどがあり、おしゃれな時間を楽しめます。須磨沖から見える明石海峡大橋が夕日に照らされて光り、海面がキラキラ輝いて、どこか外国のリゾートに来た気分です。

ちょっとおしゃれな食事を船の上で。海上から見るいつもと違う景色が、非日常な空間に連れていってくれます。大切な記念日などにぜひ、体験してみたいはいかがでしょうか？

5th May

由来

北ヨーロッパ、西アジア原産。ヨーロッパで最も歴史ある民間薬として使われ、日本へは江戸時代にポルトガル人やオランダ人によって伝えられました。



ハーブ

カモミール

花を揉むとリンゴに似た香りがします。風邪、頭痛、下痢に有効としてハーブティーを飲んだり、入浴やスキンケア、アロマテラピーにも使われます。

アジのなめろう丼

材料(4人分)

・アジ 4尾(約300g)	・焼きのり	適量
(刺身用3枚におろしたの)	・ごま	少々
・青じそ 10枚	・ご飯	丼4杯分
・長ねぎ 10cm	※みそ	小さじ4
・しょうが 2かけ	※醤油	小さじ1



①飾り用の4枚以外の青じそと、長ねぎをみじん切りにする。しょうがはおろしておく。アジは細かく刻んでおく。

②まな板に①のをのせて合わせ、※を加えて包丁でたたきながら混ぜ合わせる。



③丼にあたたかいご飯を盛り、焼きのりをちぎって散らす。飾り用の青じそをのせ、②を盛りつけ、ごまを散らせば、できあがり。

「なめろう」とは？

発祥は、千葉県の南房総地方といわれており、漁師めしとして親しまれていました。忙しい船上でも簡単に食べられるように、包丁とまな板だけで作ったのが、なめろうの始まりと伝えられています。

たのしいこどもLife

歯と歯茎の健康

学校で歯科検診が行われると、診断結果や受診勧告のお知らせを持ち帰ります。「う歯(むし歯)」や「歯肉炎」と書かれている用紙を持ち帰ったお子さんもあるかもしれません。歯肉炎とは、どんな病気なのでしょうか？

◆歯肉炎とはどんな病気？

歯肉炎とは、歯茎が赤くはれている状態です。歯と歯茎の境目の掃除が行き届かない場合に、細菌が多くなり、軽い炎症を起こしているのです。むし歯と違って痛みがないので、放置されがちですが、実は歯肉炎は「歯周病」の初期段階です。歯周病という病名はよく耳にしますが、歯肉炎、歯周炎、歯槽膿漏という3つの段階をまとめた病名が、歯周病なのです。歯肉炎が進むと、歯周炎となり、さらにひどくなると歯槽膿漏と呼ばれる状態になります。

そして、歯を失う原因の第一位は、むし歯ではなく、歯周病です。歯周病というと大人の病気のイメージですが、小中学生の4割が、歯周病の初期段階である歯肉炎にかかっているというデータも出ています。子供にとっても気を付けなくてはならない病気です。



正しい歯みがきはじめよう！

◆歯肉炎の予防や改善はどうすれば？

歯肉炎の原因は、歯と歯茎の間にたまったプラーク(歯垢)です。ですから、正しい歯磨きをすることが、一番の予防方法です。歯と歯の間、歯と歯茎の間をしっかりと掃除するようにしましょう。

また、日頃の歯磨きを改善するだけでなく、歯医者でプラークを除去してもらい、専門家のメンテナンスを受けることも大切です。

歯肉炎はきちんと治療すれば治る病気です。歯と歯茎の間に汚れを残さないという意識を子供のうちから育ててあげることは、一生の財産になりますね。

ハッピー住まいる！～コンサバトリー風で楽しむ～



海外の住宅で見かけるお洒落な空間、コンサバトリー。日本でも取り入れる方が少しずつ増えてきましたが、こういったものなのか、また気軽に生活へ取り入れる方法もご紹介します。

■コンサバトリーとは？

コンサバトリーとは、イギリスが発祥のガラスで囲まれたガーデンルームのこと。元はフルーツや植物を寒い気候から守るために作られたのが始まりで、時代とともに住空間として変化しました。屋内と屋外の間中間的な空間で、現在は植物に囲まれながらのくつろぎのスペースとして活用されています。

■コンサバトリー風で楽しむ！

我が家にも素敵なコンサバトリーが欲しい！と思っても、費用が掛かることですから気軽にはできませんよね。そこでコンサバトリー風として生活を楽しむのはいかがでしょうか。

●リビングの窓際をコンサバトリー風に！

出窓や掃き出し窓など、リビングの窓際に観葉植物や椅子を置けば、気軽にコンサバトリー風を楽しめます。机や棚を設置して、自分だけの時間を過ごす場所にするのもいいですね。

●サンルームをコンサバトリー風に！

一軒家の場合、設置されている方も多いサンルーム。元は様々な用途があるのに、洗濯物干しのみにも使うのはもったいない！ぽかぽかと暖かな日差しが入る中、お気に入りの椅子やテーブルを設置してお洒落なカフェ空間にするのはいかがですか？

●和室の縁側をコンサバトリー風に！

大きな窓があり庭が見渡せる縁側は、まさに日本のコンサバトリー！暖かな日差しが入る縁側にも、椅子を置いたり観葉植物を置いたりするなど一つの部屋のように活用すれば、くつろげる立派なおもてなし空間の出来上がりです。

◆ひとくちメモ◆

サンルームにも似ているコンサバトリー。その違いは、より庭に大きく張り出し、半分屋外で半分室内のように感じられるスペースであること。よりガーデニングを重視したスペースなんですよ。

今日のインテリア

お風呂を心地よく

一日の疲れを取ってくれるお風呂。快適な空間にしたいですね。ゆっくりとくつろげる雰囲気を作りましょう。

◆小物を整理しよう

シャンプーやボディソープなどは、直置きしたままだと、底がヌルヌルするので、タオル掛けに吊り下げ用のボトルフックをかけて、宙に浮かせた状態で収納すると清潔です。

◆グリーンを置こう

観葉植物などのグリーンがあると、気持ちが安らぎますが、お手入れに手間がかかるので、フェイクグリーンが便利です。汚れたら洗えるのでとても気楽。快適なバスタイムをお過ごしください。



古材家具「TUGIHAGU」ショールーム

築55年の住宅が古材家具ショールームへと生まれかわります！



【外観】



【内部】



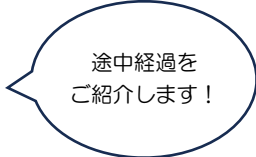
【進捗状況】



ただいま、
リノベーション中です！

断熱性能をプラスして、
今の暮らしにあう快適さを
プラスしていきます！

どうなるか
お楽しみに(*^_^*)



5月の爽やかな季節。
今のうちに「梅雨じたく」がおすすりめです。

- 部屋中の空気を入れ替える。
- 大物をお洗濯、衣替え。
- お風呂など水回りをお掃除（カビ対策）
- 除湿グッズを揃えておく。

梅雨がくる前に先回りして家事を済ませたり、
雨の日の準備をしておけば、湿気がちな日々が
うんと過ごしやすくなります。

お気に入りの傘を買っておくのもいいかも(^_^♪

今月のラッキーパーソン

- 1月生まれ**「車好きな知人」人を羨んだり、ないものねだりせず、日常のささやかな幸運に着目して感謝。
- 2月生まれ**「多才な人」ちょっとした違和感を見逃さず冷静に分析して行動を。
- 3月生まれ**「好きな人」自分らしく生きること
に目を向ければ幸せが見つかります。
- 4月生まれ**「異なる感覚の人」更なる高みを目指せる時。自分
にない魅力を持っている人と交流を。
- 5月生まれ**「ゲーム好きな先輩」色々なことにトライして吉。
自身の可能性を信じ突き進んで。
- 6月生まれ**「リーダー」気がかりなことは早目に片付けて正
解。今月は短期集中で取り組むと吉。
- 7月生まれ**「感性豊かな人」思いやりも忘れずに。身勝手さで
迷惑をかけてしまったらフォローして。
- 8月生まれ**「知性的な友人」毒素を排出するデトックスを心
掛けて吉。
- 9月生まれ**「一緒にいて楽な人」人に合わせる必要はありません。
気乗りしないことはお断りして正解。
- 10月生まれ**「ブレない人」お世辞やウソ、建前はNG。正直さ
やナチュラルがあなたの魅力。
- 11月生まれ**「元気ハツラツな知人」肌や髪の色つや、爪などに
健康状態が現れやすい様子。
- 12月生まれ**「デニムが似合う人」こだわりがあなたを苦しめる
要因。解放されれば自由な未来が開けます。

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

イシノホーム住宅研究会
家事を1/2に、経済力を2倍にする家。

『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。