

KINOKA めーる

伍代幸夢店

優雅なお茶時間

食欲の秋の始まりに、夏に頑張った自分へのご褒美に、アフタヌーンティーはいかがですか？

アフタヌーンティーとは、名前の通り、午後に楽しむ紅茶や軽食、スイーツのことです。最近では「ヌン茶」や「ヌン活」といって、アフタヌーンティーでお茶を楽しんだり、素敵な画像をSNSにアップすることも流行っているようです。

私たちがアフタヌーンティーと聞いて思い浮かべるのは、3段のケーキスタンドと、それぞれのお皿に食事が美しく盛り付けられたスタイルでしょうか。一番下のお皿には「セイボリー（サンドウィッチなどの軽食）」、真ん中のお皿には「スコーン」、一番上のお皿には「ペイストリー（ケーキやスイーツ）」が乗っていて、これらを紅茶と一緒にゆっくりと味わいます。

食べる順番は、下から上へ、辛いものから甘いものへ、食事からデザートへ。取り皿がある場合は、取り皿に取って食べるのがマナーといわれています。食事は基本的に手でつまんで食べれば大丈夫。スコーンにはクロテッドクリームとジャムが添えられています。スコーンを手で割って、先にジャムを塗ってからクリームを乗せるのが一般的ですが、絶対ではありません。また、最初に焼きたてのスコーンが提供される場合もあります。

アフタヌーンティーのもう一人の主演ともいえるのが紅茶です。一杯目は茶葉の風味を味わうためにストレートでいただくのがマナー。ティーカップは右手で持ち、カップのハンドルには指を通さず、つまむように持つとスマートです。英国式であれば紅茶ですが、珈琲など、好みの飲み物が選べる店も増えているようです。

アフタヌーンティーは、19世紀のイギリスで、第7代ベッドフォード公爵夫人であるアンナ・マリアによって始められたといわれています。当時のイギリスの上流階級の食事習慣は、朝10時頃にたっぷりの朝食を食べ、夕方にオペラや観劇を楽しんだ後、夜の8時頃から夕食をとるというものでした。しかし食事の間隔が長くお腹がすいてしまったアンナは、午後3時を過ぎた頃に気分転換も兼ねて、寝室で一人ひとりに、紅茶とパンなどのおやつを食べ始めました。やがて、アンナの一人お茶会は場所を客間に移し、友人たちを招いてお茶と軽食とおしゃべりを楽しむ社交の場になりました。その後、この習慣が大流行し、上流社会から庶民にまで広がったのです。

上流階級のお茶会とまではいきませんが、いつもより優雅な時間に心まで満たされるアフタヌーンティーで、癒しのお茶時間を過ごしませんか。

9月	日	月	火	水	木	金	土
ながつき		1	2	3	4	5	6
白露	7	8	9	10	11	12	13
敬老の日	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				



アロマテラピーという言葉が一般的になってきました。子供の成長にも大きなメリットがあるとされています。



◆アロマのメリット

子供の感性や想像力を高める・やる気や集中力を引き出す・ストレスの改善・良質な睡眠を促すといわれています。AEAJ（公益社団法人 日本アロマ協会）が小学6年生を対象に、ペパーミントとオレンジスイートの香りを使って行った実験によると、やる気や集中力に好影響を与え、さらに計算ミスを減少させる傾向があったと発表されています。お気に入りの香りを感じながら、学習やリラックスタイムのお供にいかがでしょうか。今回は気軽に楽しめる方法をご紹介します。

・1歳～3歳未満のお子さん

【芳香浴法】精油を拡散して楽しむ方法です。一般的にはアロマポットやアロマディフューザーを使いますが、不要になったマグカップなどにお湯を入れ、精油を1滴垂らします。他にも、ティッシュペーパーやハンカチに精油を1滴垂らし、デスクや枕元に置く方法もあります。※3歳未満の子供は、芳香浴法以外の使用は行えません。低濃度・短時間に留め、もし子供が不快そうにしていたらすぐ中止しましょう。

・3歳以上のお子さん

【芳香浴法】先程ご紹介した方法と同じです。

【吸入法】精油成分を鼻や口から吸入し、呼吸器系の不調を緩和する方法です。お湯に精油を1滴落とし、立ち上がる香りの湯気を目を閉じながら吸い込みます。粘膜を刺激することもあるため、長時間の吸入は避けてください。※大人の使用量は1～3滴です。子供は大人の1/10量からはじめ、多くても半分までの使用にしましょう。安全性の面からも天然由来の精油がおすすめです。

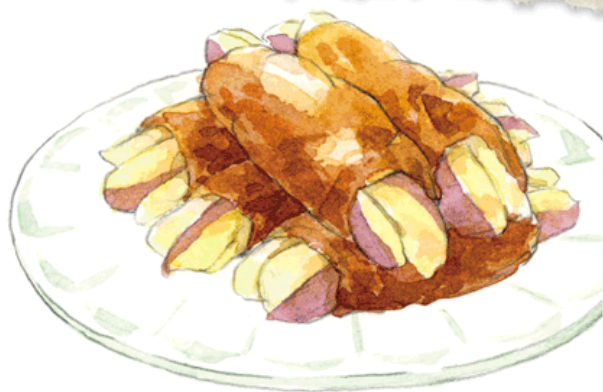
ナスの豚肉巻き



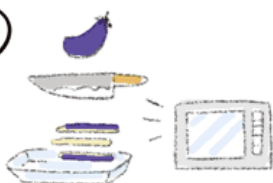
みんな!
ごはんにするよ★

材 料 (4人前)

・ナス	2本	・塩こしょう	適量
・豚バラ薄切り肉	400g	・薄力粉	適量
・サラダ油	大1	④・しょうゆ	大3
・水	大1	④・砂糖	大3



①



ナスはヘタを取り、8cmほどの長さの拍子木切りにする。耐熱容器に並べ水を振りかけふんわりラップをかける。600Wのレンジで7～8分加熱。

②



粗熱が取れたら豚肉でナスを2、3本ずつ巻き、塩こしょう、薄力粉を全体にまぶす。

③



油を温めたフライパンで巻き終わりを下にして並べて中火で焼く。焼き目が付いたら④を加え強火で煮詰めながら絡めてできあがり。



誕生月の占い



タロット+九星気学



1月

身体を労わるケアグッズを購入したり、心の癒しのための時間をたっぷり持って吉。上質な睡眠が大切。

7月

好きなものに意識を集中すれば、多少の問題はあっという間に解決へ。集中力も上がって魅力もUP。

2月

他人から見えるあなたと、自己評価とでは乖離があるみたい。事実を客観的な目で見ることが大事。

8月

格好つけると肩が凝ります。自然体のあなたがいちばん魅力的。頭皮マッサージで凝り固まった頭をほぐして。

3月

靴や洋服の断捨離が鍵。シンプルライフにすると意識に変化あり。手放した以上のものを手にすることができます。

9月

夏の疲れが徐々に出やすい模様。外気と室温の温度差など変化に敏感になるかも。体調管理はしっかり。

4月

「music」が鍵になる模様。ハードワークも難なくこなせる暗示。アップテンポの心地よい音楽でリズムに乗って。

10月

ネット上の情報は玉石混交。何でも鵜呑みにしないで五感を使って調べ、自分の頭で考えて取捨選択を。

5月

真実が明かされていく時期。ウソはバシていく模様。本音と建て前を分けないで自然体が一番です。

11月

運気は悪くないのですが、車や家電の修理など急な出費の予感も…。体調管理に関わる出費は惜しまないで。

6月

ポジティブに将来のプランを立てて吉。楽しく貯蓄意識UP。収支のバランスや見直しを賢く考えられそう。

12月

興味のあることにはどんどん挑戦してGood。ちょっとした出来事が、更なる飛躍のキッカケになる暗示。

居心地のいい家づくり

～ 防災備蓄の収納 ～

1. 防災リュックの収納場所

いつ来るか分からない災害だからこそ、日頃の備えが大切です。防災リュックはどこに収納されていますか？いざという時に家族全員が分かっている場所で、すぐに取り出せますか？災害は色々な種類があります。玄関に収納されている場合、玄関から水が入ってきて、取れないケースも想定されます。2階建ての場合は、2階にも防災リュックの収納場所を作っておきましょう。



2. 水のストックは?

水は1人1日3リットル、最低でも3日分置いておきましょう。確保できる場合は、1週間分があると安心です。2リットルの大きいペットボトルだと、子供や高齢者が扱いづらいので、小さめのペットボトルも用意してあると安心です。保存期間の長い水もありますが、気が付かないうちに年数が経ってしまっている場合もあるので、定期的に確認しましょう。

3. 食料品のストックは?

食料品のストックも、家族の人数×3回を3日分は確保しておきましょう。こちらも余裕がある場合は、1週間分がおすすめです。日々使いながら、ストックしておく、ローリングストックもおすすめです。長期保存できる食品の場合は、一度食べてみて、口に合うものをストックするようにしましょう。災害にあって、気持ちが落ち込んでいる時に、食べ慣れなくて口に合わないものしかないと、気持ちがさらに落ち込んでしまいます。

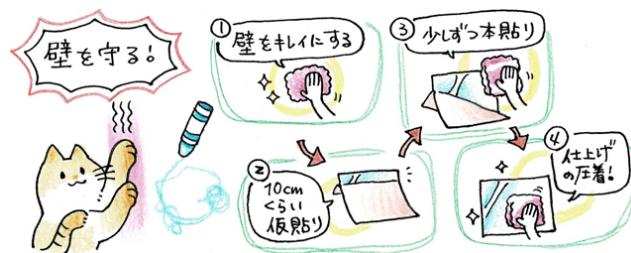
しあわせ My Life!

傷や汚れにもう悩まされない！剥がせる壁保護シートで、大切な壁をペットの爪とぎや汚れから守りましょう。

■猫の爪とぎや汚れ防止に最適

猫の爪とぎは、爪のお手入れやストレス解消のために必要な行動ですが、市販の爪とぎを使用せず壁や柱で爪とぎをしてお困りの方、お子様のいたずら書きや、壁紙表面のこぼこに入り込んだ汚れなどにお困りの方におすすめなのが、リンテックコマース㈱の『ペット壁保護シート』です。壁紙の上からペット壁保護シートを貼ることで、猫が爪とぎをしても傷が付かないだけでなく、表面がフラットになるのでその場所で爪とぎをしなくなる効果があります。シートは半透明なので、壁紙の上から貼っても変なテカリがなく目立ちません。貼り付け面は弱粘着タイプなので、使用後に剥がすことができ、賃貸や社宅にお住まいの方でも安心して使用できます。また汚れても、壁紙の表面がフラットになることで汚れが入り込まず、拭き取ることが可能。猫の爪とぎ防止だけでなく、お子様のいたずら書きや、水回りの飛び散りによるカビ・汚れ防止にもなります。

～ペット壁保護シート～



裏紙に2cm間隔のマス目がついており、垂直平行にカットしやすい仕様なのも嬉しいポイントですね。

■壁保護シートの貼り方

壁表面が汚れているとシートが接着しないので、まず壁の汚れや埃、水分を丁寧に拭き取ります。次に貼る面に合わせて大きさを確認し、シートをカットします。裏紙を10cmほど剥がして仮貼りし、位置を確認したら裏紙を少しずつ剥がしながらタオルまたはスキージーで貼っていきます。下まで貼り終えたら、仕上げにもう一度タオルまたはスキージーで強く圧着して完成です。

環境省の調査で2年連続、

「日本一きれいな星空」に選ばれた大野市。

8月30日、31日には音楽と共に美しい星空の下でキャンプを一緒に楽しむこともできる新しい音楽フェス「六呂師 Starry Music Festival 2025」も開催されました。

10月18日、19日には鯖江の西山公園でも「鯖江 JAZZ フェスティバル 2025」が初開催されるそうです。

どんどん福井が盛り上がってくるとうれしいなと思います(^_^)

「グルタチオン」で白玉肌を叶えよう

残暑が厳しい9月は、強い日差しによる肌ダメージが気になる方も多いのでは。そこで今回は、大人肌のケアにおすすめの成分「グルタチオン」を紹介します。

【グルタチオンとはどんな成分？】

グルタチオンとは、3つのアミノ酸（グルタミン酸、システイン、グリシン）を結合した成分です。抗酸化作用が高く、メラニンの生成を抑えて色素沈着によるくすみを予防し、肌本来の透明感を引き立て、イキイキとした印象を叶えます。

【大人肌におすすめの理由】

グルタチオンは紫外線などの色素沈着によるくすみを防ぐうえ、加齢による黄ぐすみの予防に役立つ高い抗酸化作用があります。エイジングサインが気になる30代以降の大人肌にもおすすめです。

【グルタチオンで「白玉肌」を叶えよう】

グルタチオンは、他の成分と相性がよいのも特徴です。特に、酸化しやすいレチノールやビタミンC誘導体などと組み合わせることで、抗酸化作用で成分同士の弱点を補ってくれます。化粧品や化粧下地など、さまざまなアイテムに配合されていますよ。

・化粧水

保湿・拭き取りなど、肌悩み別に使い方を選びやすいです。

・美容液

他の美容成分も重視して選びたい方におすすめ。

・フェイスマスク

しっかりと成分を肌に浸透させたい方に！

・化粧下地

透明感のある仕上りと、保湿力や肌のハリを叶えてくれます。目的や好みに合わせて取り入れてみましょう



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.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。