

Beauty

手の日焼けを防ぎましょう



ハンドクリームの効果的な塗り方

ハンドクリームを手にとったら、手のひらで包み、クリームを温めることでのびが良くなり、浸透力もアップします。手の甲全体に伸ばし、指や爪のまわりまで丁寧に塗り込みましょう。爪のまわりはクルクルと円を描くようにマッサージすると血行も良くなります。指と指の間も、手を組むようにしてムラなく塗りましょう。最後に、手全体になじませて、べたつきが残らないようにします。

日差しが強くなってくる5月。ハンドケアにも気を配ってキレイな手を保ちましょう！

- ①ハンドクリームも日焼け止め効果のあるものを選ぶ
日差しをブロックすることで、シミ・シワなどのダメージ予防になります。ハンドクリームと普通の日焼け止めを併用するときはハンドクリーム→日焼け止めの順に塗れば手の乾燥予防にも。
- ②アームカバーは手袋タイプを選ぶ
車や自転車の運転をするときに使う人が多いアームカバー。指まである手袋タイプがおすすめです。
- ③日焼けをしたら、顔同様のケアを
化粧水や乳液を使ってしっかり保湿を。さらに、ハンドクリームやオイルで仕上げをしましょう。



おすすめのオイルは、べたつかず、でも浸透しやすいホホバオイルやオリーブオイル♪

かんたんレシピ

アスパラとひき肉のクリーミーパスタ

教えてくれた人…尾田衣子さん
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。
<http://ryo-ri.net/>

材料

(2人分)

- ペンネ…160g、アスパラガス(2cm幅)…6本、合いびき肉…200g、ニンニク(みじん切り)…2かけ
- 生クリーム…200ml、粉チーズ…大さじ2、オリーブオイル、塩、こしょう…適量



アスパラガスをたっぷり使った、クリーミーかつさわやかな味わいのパスタです♪

- ①たっぷりの湯に塩を加え、パスタをゆでる。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、ニンニク、合いびき肉、アスパラガスを炒める。
- ③②に生クリーム、パスタのゆで汁(大さじ4)を加え、沸騰したら、粉チーズを加え、塩・こしょうで味を整える。
- ④③と①を絡め、器に盛りつける。

※アスパラのシャキシャキ感を残すよう、オリーブオイルとひき肉の脂で一気に炒めましょう。

Intetior

文房具でおなじみのダブルクリップ。その機能を活かせば、用途の幅も広がり、使い方しだいでおしゃれなインテリアにもなりますよ♪

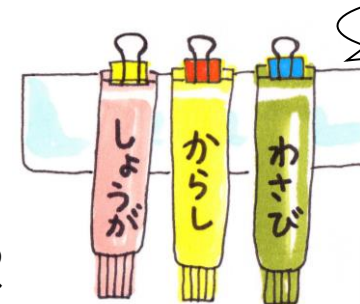


リボンを結んだり、クリップ部分にマスキングテープを貼るとより素敵に♪

■ カードスタンドにアレンジ♪

金具部分にお好みのカードや写真をはさむだけでアクセントに！

■ 冷蔵庫内でチューブ調味料を吊り下げる

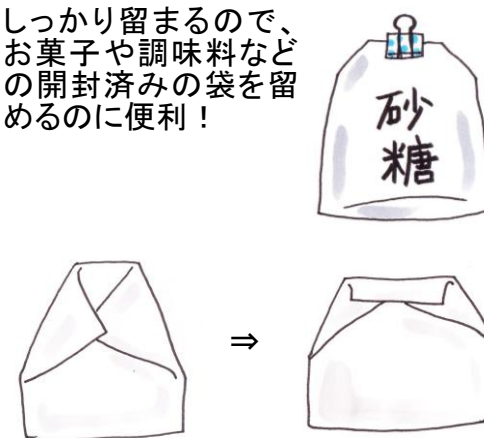


黒以外もあるよ♪

庫内で倒れるなどしての見つけづらさを解消！ 一目瞭然で出し入れもしやすいです。

■ 使いかけの食品の袋を留めるのにもよし！

しっかり留まるので、お菓子や調味料などの開封済みの袋を留めるのに便利！



ちなみに…

開封済みの袋の口をしっかりふさぐコツが！ 両サイドを内側に折り、真ん中を2〜3回内側に折り込めばOK！

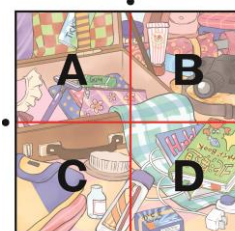
■ ボックスを連結して収納棚に

ボックスを連結させれば立派な収納アイテムに。引き出し内をカゴなどで仕切るときに連結させて固定するのもおすすめ！



間違い探し

左右のイラストで違う箇所が5つあります。左の表から間違いの多いエリアをアルファベットで教えてください。



答えは左下にあります。

良い住まいと良い暮らしを提供する会社
LIXILリフォームショップ

須田建設

一級建築士事務所

0120-71-7750

お気軽にご相談ください。



5月



当店で
Tポイントが
貯まります。



耐震補償付き
スーパーストロング構造体
VALUE パワユ

須田建設は耐震診断・耐震改修のできる会社です。

日本建築防災協会の『木造住宅耐震診断プログラム評価』を取得しているプログラムと
日本建築防災協会から発行されている一般診断法によるプログラムを使用し
木造耐震診断を行っています。

これからの家づくりは
「安心基準」「耐震等級3」
相当で建てる住宅！



20年目のおすすめメンテナンス項目

築20年目 現在50代のBさん

①給湯器

給湯器は10年以上使うとお湯が出るまでに時間がかかったり、温度が安定しなくなったりします。修理は高額になるので買い替えがおすすめです。

②バルコニー

ベランダやバルコニーの防水は耐水性が高く、衝撃にも強い「FRP防水」が一般的です。最低8年に1回は保護塗装（防水塗装）を塗り替えましょう。

③屋根

美観と防水性には密接な関係があり、住まいが「何となくすんで見える」、「薄汚れて見える」と感じた時は防水性も弱まっているもの。住まいのイメージチェンジをはかるチャンスでもある塗替えを検討しましょう。

④外壁

タイル外壁は比較的メンテナンスが少なく済む建材ですが、タイル目地に使用されるコーキングは年月とともに防水性が落ちてくるので5年を目安に交換する必要があります。

⑤洗面化粧台

20年経過すると、水漏れなどの不具合が出てくるので本体の交換がおすすめです。又、既存の洗面台を外すと壁紙の汚れや床材についていた跡が目立つので同時に壁紙と床材の張替えも行うと良いでしょう。

⑩外部建具

シャッターの滑りが悪く音がする場合は市販のオイルスプレーなどでガイドレールに注油します。電動シャッターの場合は専門業者に相談しましょう。

⑨室内全般

ビニール壁紙の汚れは薄めた中性洗剤をタオルやスポンジに含ませて、固く絞った状態で拭き取ります。継ぎ目に水が入ると剥がれの原因になることがありますので注意しましょう。

⑧トイレ

ウォシュレットなどの洗浄機能や暖房便座などのメンテナンスが必要。電気設備の交換は比較的高額なので、最新のトイレに取り替えた方がローコストになる場合もあります。

⑦浴室

シーリング材にひび割れができたり、給湯器の音大きい、水量や温度にムラがあるなどの場合は浴室全体の交換時期。洗面脱衣室を含めたリフォーム計画もおすすめです。

⑥キッチン

キッチン本体の交換は20年が目安。本体のサイズが変わると間取りにも影響するので、対面型やアイランド型など希望のスタイルを決めておきましょう。

母の日の由来

5月の第2日曜日の母の日が生まれたのはアメリカ。1900年ごろ、アメリカのアンナ・ジャービスという人が亡き母に感謝するためにカーネーションを捧げたことに端を発します。その話が広がり、1914年、アメリカ議会で正式に5月の第2日曜日を「母の日」に制定。日本には大正時代に伝わり、1930年代にアメリカにならって5月の第2日曜として、本格的に全国に広まったそうです。

カーネーションを捧げたのは、アンナさんのお母さんが白いカーネーションが好きだったから。ですが、生きているお母さんには赤いカーネーションを贈ることになったそう。

アンナさんのお母さんがもし、バラやポピーが好きだったら、母の日に送る花も変わっていたかもしれませんね！

カーネーションの花言葉は色によってもさまざま。赤は「母への愛」「愛を信じる」、ピンクは「感謝」「美しいぐさ」、黄色は「軽蔑」で意外と少しネガティブな花言葉のようです。



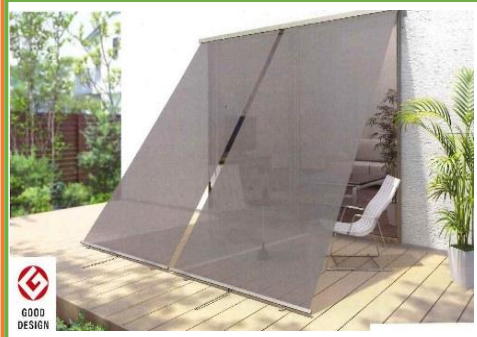
お母さん、いつもありがとう！

紫色の花言葉は「誇り」「気品」

父の日の由来は？

こちらも発祥はアメリカ。母の日があることを知ったジョン・ブルース・ドット夫人が「父の日もつくってほしい」と牧師教会へ嘆願したそうです。ドット夫人が子どものころ、妻に先立たれたお父さんは、男手ひとつでドット夫人など6人の子どもたちを育てたことから、大変感謝したそう。1916年に制定され、1972年にはアメリカで国民の祝日になったそうです。

お家に関する事なら何でもご相談下さい！出来る限り対応させていただきます。定期的にブログも更新しています。ホームページもぜひご覧ください。



夏の暑い日差しを防ぐのに最も有効な手段は、窓の外側で熱を遮断すること。外付けの日よけの『スタイルシェード』おすすめです！



須田建設
会社ホームページ



須田建設
公式Facebook



須田建設
公式Twitter

須田建設 朝霞

墓石のお問い合わせはこちらです
（株）須田建設 石の久遠
0120-076-757