

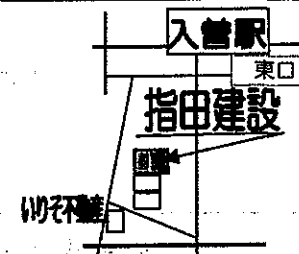
# 木の家, にっこり 通信

2015年 8月 発行 53号 (H27)

〒350-1316 埼玉県狭山市南入曽561

## 指田建設

ホームページ <http://www.fp-sashida.net>  
Eメール [kazuri@fp-sashida.net](mailto:kazuri@fp-sashida.net)  
Tel 04-2959-3084 Fax 04-2957-9492

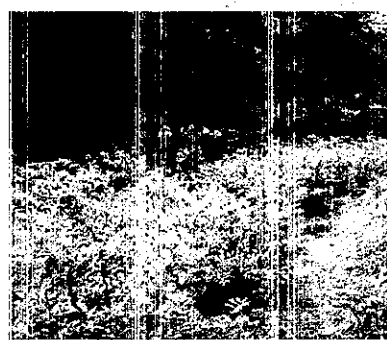
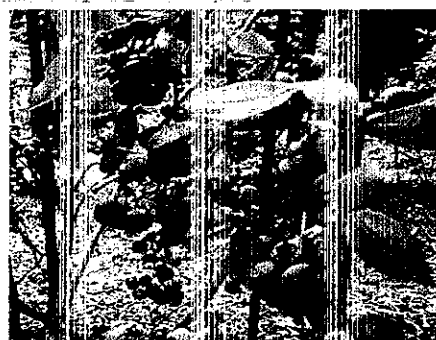


## すすむちゃんちのブルーベリー

(実は私の兄です)



秩父から続く山にある、ブルーベリー畑です。  
数年前から栽培方法を先輩に学び、苗を育てて、今では250本ほどのブルーベリーの木が実をつけるようになりました。実の大きい種類も多く栽培されています。  
木々をわたる風が涼しく、セミに混じってうぐいすの鳴き声が谷間にひびきます。



ブルーベリー狩りができます 7月中旬～9月初め頃

開園時間 午前10:00～午後4:00  
料金 入場無料  
摘み取り分 100gにつき100円

予約先 埼玉県入間郡毛呂山町  
初野 進  
TEL

その他 冷凍ブルーベリーは 1,500円/kgで販売しています。  
(通年)

## 洗濯を見直してみませんか？

最近のコンパクト洗剤を使った節水型の洗濯は、本当に汚れが落ちているのかな？という疑問を、ずっと持っていました。

特に、夏は汗をたっぷり吸ったタオルやTシャツが、生乾きのような臭いです。香りの強い洗剤や柔軟剤を使うと、その香りで気分が悪くなりそうになります。

今年は、まず洗剤を水で攪拌して、よく溶かしてから洗う方法を試しました。洗濯槽に洗剤を入れて10分間運転してから、洗濯物を入れていつものように洗濯します。

これなら、洗濯物全てに洗剤がゆき渡り、きれいに洗えるような気がしました。

実際、毎日繰り返して洗ううちに、タオルがさっぱりとして生乾き臭が気にならなくなりました。  
柔軟剤がなくても、適度なふっくら感もあります。  
ぜひ、お試し下さい。



それでも、ニオイが取れない時は・・・  
酸素系漂白剤を50度のお湯に溶かした中にいれ、3～4時間放置します。  
頑固なシミなども、一晩置くときれいになります。

## セスキミントで汗スッキリ



水50～100ml入りのスプレーボトルに、セスキ炭酸ソーダ（重曹でも可）を小さじ2分の1杯と、ハッカ油をほんの少し入れたもの。これをハンカチにシュッと吹き付けて、汗をぬぐうとスッキリ。直接肌にスプレーしてもOKです。清涼感のある香りが爽やかで、体感温度も下がります。

**家は買わないで、建てましょう！**

マイホームが欲しいと思った時、予算に合う家を探してあちこち見て歩き、建売住宅を買う方が多いですね。若い方は、その傾向が強いように思います。

でも、ちょっと考えてみて下さい。何千万円もかけて、何十年もローンを払い続けるのです。すぐ欲しいという気持ちを、少し落ちつけてみましょう。

既に完成している家では、大切な基礎工事や壁の中の様子は、見ることができません。

例えば、地盤調査をきちんとやって欲しかったと思っても、工事の途中雨の中で合板が雨ざらしだったとしても、建ってしまった後ではやり直すことも、知ることもできないのです。

その家で、地震など災害のときに、家族を守れるでしょうか。長く住み続けることができるでしょうか？

住んでみて、ここがもう少しこうだったら良かったのに、というよりも、家族みんなでこうしたい、ああしたい、とプランを練る楽しさ。いろいろな設備のショールームを見て歩いて、気に入ったものに決める楽しさを味わうと、家に対する愛着もひとしおとなります。

家族で過ごすリビングは広くとりたい、ホビールームが欲しい、浴槽は足をのばせる大きさがいいとか、トイレはお掃除が楽なのがいいとか、ここにはこだわりたいというものがあったら、他はグレードを抑えるというやり方もあります。あなたは、何を大事にされますか？ぜひ、お気軽にご相談下さい。

**スーパー緑茶で夏を乗り切りましょう！**

夏でもおいしい緑茶。お湯でいれたお茶はカテキンやカフェイン・ビタミンCなど元気になる素がいっぱいですね。酷暑の夏にぜひお勧めしたいのは、「スーパー緑茶」です！

渋みが少なくうまみは5割多く、新成分「エピガロカテキン」で免疫力が復活します。しかもカフェインがほとんどないので、お子さんや、寝る前でもごくごく飲めます。

スーパー緑茶の特徴は、「氷水で5分間」といういれ方です。低温で短い時間だと、うまみを邪魔する苦みや渋み（カテキン）がほとんど出ないため、ごく普通のお手頃お茶でも、玉露のような極上の甘み&うまみを感じられます！また、エピガロカテキンは、免疫を元気にしてくれる成分としてたっだい大注目の成分です。

**スーパー緑茶の作り方**

1. 煎茶10gを急須に入れ、氷水100mlを加える
2. およそ5分待って湯飲みに注ぐ

煎茶であればどんな銘柄でも水出しでうまみが増しますが、高級な煎茶であればうまみや香りが増すためオススメです。

※飲んだ後の急須は、冷蔵庫に保管しておくとも何度も氷水でいれることができます。ただし急須のお茶は、必ず1煎ごとに全部注ぎきって下さい。（いたむことがあるので保存は1日以内）

※1煎目がもっとも香りが強いですが、味は4～5煎以上楽しむことができます。

※味が薄くなってきたら、熱湯を加えると、お湯でいれた時とほぼ変わらない味の、渋めでカテキンたっぷりのお茶を飲むことができます。

