

ご好評につき
第10弾
開催!

プチマルシェ

小さな市場

2023.12.20(水) 雨天決行

10:00~12:00 (株)ユーダイ前にて
なくなり次第終了 どなたでもお気軽にお越しください!

イベント限定価格で販売します

和歌山 高銀みかん園 **田口早生みかん**
みかんジュース

※お歳暮にぴったりの箱入りもございます。
後日発送も承ります。

練馬 尾崎農園 **朝採れ野菜**

キャベツ、白菜、
人参、大根、他

気仙沼 **わかめ**

群馬 市川食品 **こんにやく、白滝、他**

松ノ木 神子島米店 **おはぎ、いなり**

成田東 けやき亭 **手作りクッキー**

などなど...

とにかくおいしい!
美容・健康、
かぜ予防に最適です。

住まいの修理
リフォーム
お気軽に
ご相談ください

vol.
38

かわ
ら版

KAWARABAN

2023.12



「スッキリわが家」

ただいま〜と帰ってきて、玄関とかリビングが、スッキリと片付いていますと、とても、気持ちがいいですね。千客万来のわが家です。



「素敵なインテリア」

インテリアと言えば、室内空間を彩る装飾品全般を指します。カーペットや壁紙、カーテンやブラインド、キッチンの設備、照明、家具、家電、植物なども含まれます。この時期、早めに手入れをし、そのまま活用す

るか交換するかを検討します。地震時に、小物類が飛散しないように、固定しておきます。省エネや防災も考慮し、二重窓にしたり、複層ガラスにしたり。素敵なインテリアは、家族の絆を、さらに深めてくれます。

住まいの困った、
どこに頼めば
いいの??



小さな修理から大きなリフォームまで、お家のお困りごとは、地域密着の“ユーダイ”にお任せください!“ユーダイ”は地域の皆さまの暮らしに貢献できるサービスを提供してまいります。

受付 03-5929-1805 <http://www.yu-dai.co.jp>

水と空気と電気のホスピタル
株式会社 **ユーダイ**



〒166-0014 東京都杉並区松ノ木2-20-4
平日8:30~17:30/土9:00~17:00/日・祝・第5土定休
東京都指定 給水・排水工事指定業者



楽しい食事

■旬の食材 白菜、大根、長ネギ、人参、キャベツ、ブロッコリー、ゆず。寒し
じみの味噌汁や鱈を入れたお鍋も。

「あたたかな食卓」

今が旬の大根と手羽先を、甘辛く味つけをし、土鍋で煮込みます。子供たちの好きなマカロニサラダも添えて・・・。



手羽先を半分に切り、さっと湯通しして水洗いし、大根は輪切りにして30分位下茹でしてから、土鍋に入れます。具がかぶるくらいのダシと薄切りの生姜を加えて、火にかけます。アクを取ってから、酒と砂糖、みりん、醤油を入れて、竹串が通るまで煮込み、火を止めて、余熱で味をしみ込ませます。お好みで、ゆで卵や竹輪などを足して、おでん風にしても



食のコラム 「干し野菜」

陽が当たる窓辺やベランダで、千切りや輪切りにした大根や人参、キノコ類などを、丸一日干しておきますと、うま味が凝縮し、コクが出ます。冷凍保存もできます。白菜も干してから漬物にしますと、甘味が増し、塩もよくなじみます。

住マイル通信

「地元材の活用を」

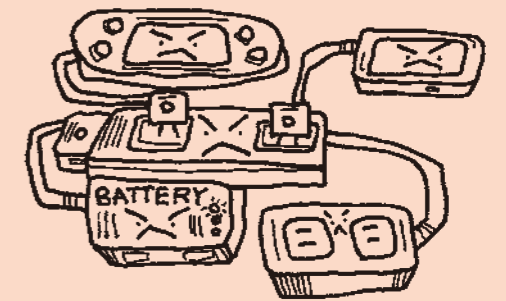
日本は、国土の3分の2が森林です。今までは、比較的安価な外国材に依存してきました。ですが、そろそろ、国産材、県産材、住んでいる近くで採れた地元材の活用を考える時代です。森林の手入れをしていくことで、森そのものを強くし、土砂災害が起こりにくくなります。昔は、冬の新月のときに伐採し、谷側に倒し、長期間、山に放置し、葉枯らしをし、天然乾燥をして、木材を活用していました。この時期の木は、耐久性が高く良質です。今後は昔のように地元材中心の住まいに。



住まいの町医者

「コンセント付近」

コンセント類が、タコ足配線になっていませんか？TVやオーディオ機器類の後ろ側、キッチン周りなど、よく確かめてみてください。コンセント周りに埃が溜まっていますと、火災の原因にもなります。



■住まいの豆知識

「足元を温かく」

部屋の中の暖気と冷気。暖気は天井付近に溜まり、冷気は床周りに。床暖房をして、足元を温かくして。