

ご好評につき
第15弾
開催!

店舗リニューアル記念!
お買い上げいただいた方に
粗品をプレゼント!
(なくなり次第終了)

プチマルシェ



2025. 4.25 (金) 雨天決行

10:00~12:00 (株)ユ-ダイ前にて
なくなり次第終了 (12:00以降は店内にて販売いたします)

イベント限定価格で販売します

和歌山 高銀みかん園 ^{しらぬい} 不知火、みかんジュース

花田製麺所 ラーメン

気仙沼 わかめ・乾物

成田東 けやき亭 手作りクッキー

松ノ木 神子島米店 おはぎ、いなり、お赤飯

群馬 市川食品 こんにゃく、杏仁豆腐

その他いろいろ取り揃えてお待ちしております!

※内容は変更になることがあります。



住まいの修理
リフォーム
お気軽に
ご相談ください

作る人と食べる人を
笑顔でつなぐ、体と環境
にやさしい食品大集合

どなたでもお気軽にお越しください! お車でのご来場はご遠慮ください。

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-ダイ”にお任せください!“ユ-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-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



「新一年生」

近所の公園には、色とりどりの花が咲き誇っています。新一年生は、ランドセルを背負って、元気一杯。地域を挙げて、応援しています!

かわ
ら版
KAWARABAN
2025 .4



「春 気分爽快」

トイレを、いつもきれいにしておきますと、気持ちが明るくなり、家全体がきれいになっていく感じがしますね。次に使う人のことを考えて、使ったらすぐその場できれいにしておきます。これは、気遣い力や段取

り力にもつながりますね。きれいなトイレは、福を呼びます。洗面所や浴室も徐々に。家の顔である玄関まわりも同様に。旬の春の花も添えて。リビングを憩いと癒しの空間にすれば、家族の明るい居場所になります。

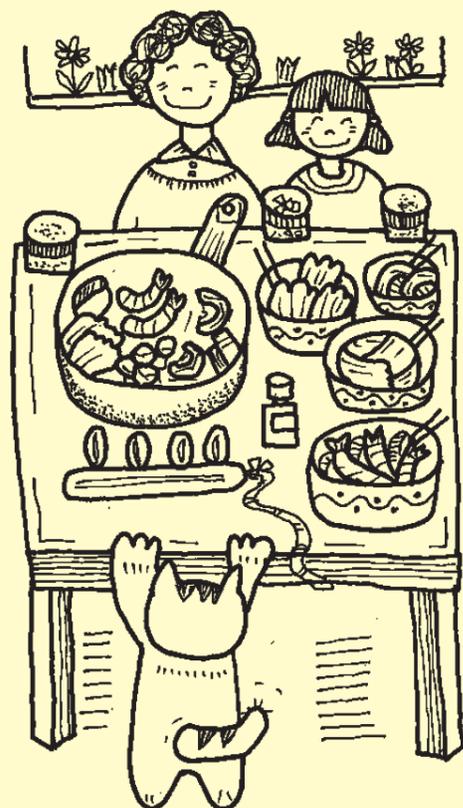
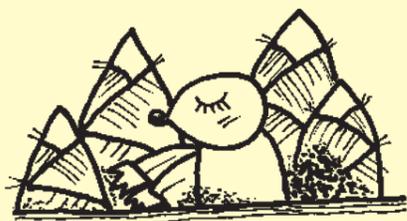
楽しい食事

■旬の食材

春の味覚と甘みを感じるタケノコ。新鮮なうちにアク抜きをしておきます。炊き込みご飯や若竹煮、木の芽和えや天ぷら、炒め物にも。

「春野菜の中華風あんかけ丼」

今が旬のキャベツやタケノコ、魚介など、具だくさんの中華丼を作ります。エノキダケともずく入りの卵スープも、添えて。



エビを塩でもみ洗いし、あさりのむき身と一緒にお酒をまぶしておきます。フライパンに油を入れ、ニンニク、生姜の千切り、豚肉を炒めて、塩、胡椒し、スライスしたゆでタケノコ、人参、キクラゲ、キャベツの順に炒めます。最後にエビとアサリを加え、具がかぶる程度の水、鶏ガラスープの素、オイスターソースを加え、煮立ったら、水溶き片栗粉でとろみをつけます。ご飯にかけて、みな笑顔に。

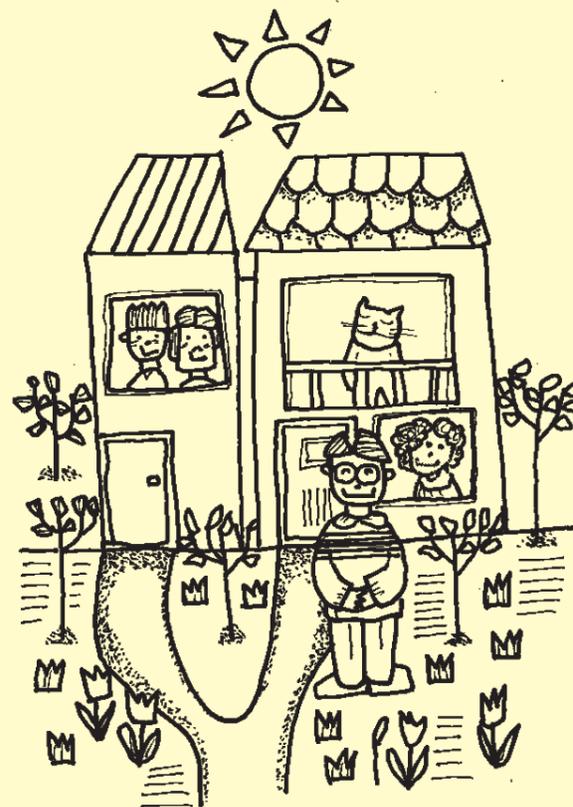
食のコラム 「アレルギー対策」

花粉症やアトピー性皮膚炎などのアレルギー対策として、免疫細胞の集まっている腸内環境の改善を。漬物や納豆、味噌など善玉菌を豊富に含む発酵食品や、善玉菌のエサとなる食物繊維の豊富な海藻類やゴボウ等を毎日の食事に、ぜひ。

住マイル通信

「増築と減築」

戸建ての場合、家族が増え、敷地に余裕がある場合は「増築」を考えます。子どもたちが巣立って、部屋が余ってきますと、減築やシェアルームなどを考えます。こういう流れを予測し、耐震性や省エネ性を考慮し、初めから広めの住空間にしておくのはいかがでしょうか？簡易間仕切りにして、子どもたちの成長に応じて、変えられるようにします。生活のルールを決めておくのもいいですね。新築やリノベーションを考える時、ライフスタイルの変化に柔軟な間取りも、考慮して。



住まいの町医者

「マイホーム探し」

マイホームを探すとき、住まいのデザイン、間取り、価格、利便性が気になります。もっと気にしたのが、日々の安全で、安心な暮らしですね。周辺環境との調和やご近所とのお付き合いも、深めて。



■住まいの豆知識

まちなかに、古い民家があれば、そのまちのシンボルとして、みんなで、大切に維持保存していきませんか？地域の絆も、さらに深く。