

読んでいいとも



Vol.56

(株)風呂迫建設

〒722-1202 世羅郡世羅町安田657-2
 TEL: (0847)29-0321 FAX: (0847)29-0322
 <HP> http://www.furosako.com/
 <E-mail> office@furosako.com

+++++
 建築工事・土木工事・クレーン作業
 瓦工事(全日本瓦工事業連盟加盟)

次回は...

- ✿ (続) おうちのメンテナンスについて!
- ✿ 各メーカーより、お知らせなど!
- ✿ 超かんた〜ん♪レシピのご紹介! などなど



新年を迎えて、寒さもより一層増しております。
 寒さの影響か、インフルエンザも大流行中のようです。
 さて、今回はこの寒〜い冬を乗り切る為に、ちょっとした工夫で「おうちがポカポカ♡」になる方法等をご紹介しますね♡

『暖房をつけているのに部屋が寒い...』と感じることがありませんか?
 実はこれ、「コールドドラフト」が原因である事がほとんど!!

★ コールドドラフト、て??

窓辺で冷やされた空気の固まりが、暖房により、下降して部屋を駆け抜ける現象。

つまり、冬場は窓際の対策をすることが、一番重要なのです♡
 << 対策 >>



1. 窓際にボードを置く♪... 冷気が部屋に入るのを防ぎ、結露防止にもなります。

※ ボードは、ホームセンターなどで売っている発泡ポリエチレンで出来たものがオススメ♡

2. サーキュレーター(空気を循環させる扇風機)で、暖かい空気をかき混ぜる♪

部屋の上部に溜った空気を混ぜる事は、寒さ対策に効果的♡

※ サーキュレーターは、音の小さい物を選んでね♪

♡ ちょっとした対策で、いつもの冬がぐっと快適に♡ぜひ、お試しを♡

ちょっと耳♪より情報♪

今、ゼロエネ住宅が少しずつ増えておりますが、今後国の方針として、住宅のゼロエネ化が強化されます。

2020年には、省エネ住宅の義務化やゼロエネルギー住宅の普及が進んでいく予定です。

単なる省エネや節電だけでなく、電気の売買も考えてのエネルギー生活が身近になりそうですね。

今後詳しい事を引続きお知らせしますね。

2015年も

“読んでいいとも”を
 よろしくお願ひします。

皆様のお役に立つ
 情報をお届けできる様
 頑張ります♡

次回もお楽しみに♪

ヒートショックって、ご存知ですか?

ヒートショックとは、温度の急激な変化で、血圧が上下に大きく変動することが原因で起こる健康被害のこと。
 入浴時に、血圧低下で失神し溺れて死亡するケースが、年間1万7000人(2011年)にもなりました。
 お年寄りの方に特に多いようです。
 予防の為に出来る事がいくつかあります。



- ① 冷えこみやすい、トイレや脱衣室、浴室には暖房機器を置くことで、効果的な対策になります
- ② 浴室の床に、入浴前にシャワーでお湯を掛ける事で、浴室全体が温まります。

お正月のおもちの消費に困っている方におススメ♡

“パイシートで簡単♪ 餡もちパイ”

★ 材料 (8個分) ★

- * 冷凍パイシート... 4枚
- * ゆであずき1缶... 30~40g (400g入)
- * 残ったおもち... 8個 (小さくカット)
- * 卵... 1個(つや出し)
- * 強力粉... 少々 (打ち粉用)

作り方

1. ゆであずきの水気を取る。(ボウルにペーパーを敷き、その上にあけて、2時間置く)
2. 下準備。卵を溶く。オーブンを210度に温める。
3. 冷凍からパイシートを出して、15分程解凍する。打ち粉をして、生地幅はそのまま、長さを1.5倍くらいに伸ばす。
4. 伸ばした生地に、水切りしたあずき、おもちを乗せて、右半分に溶いた卵をぬって、空気を抜くようにして、半分に合わせる。
5. 生地端を、フォークで模様をつけて閉じる。上にもナイフで小さく切り目を入れる。
6. 溶いた卵を刷毛でぬり、オーブンの温度を200度にして、15分焼く。
7. 焼きたてを少し冷まして、熱々のうちに召しあがれ♪

冷めたら、レンジで30秒チンするとおいしいヨ♡

