

# Life & Select

---

# NEWS LETTER

2022.09

September

## INDEX

---

- ・ 浴室の汚れを落として  
快適なバスタイムを
- ・ あなたはどう使う？  
おしゃれなガラス瓶「メイソンジャー」
- ・ ハーブティーでリラックスティータイム  
シナモンチャイ
- ・ 飛龍頭のカンタンレシピ







## 浴室の汚れを落として 快適なバスタイムを

湯あかやカビなどが目立ってきてからお掃除をしても頑固な汚れはなかなか落とせず一苦勞…。浴室は、気がつかないうちに汚れがたまってしまふ場所なので、こまめなお掃除が欠かせません。そこで今回は、汚れのつきやすい場所や汚れの種類別に、お掃除のコツをご紹介します。

### 〔01〕 床・壁の汚れ

#### ピンク汚れ

浴室の床や壁がピンク色になっていたり、シャンプーなどの容器がヌルヌルしている…という事はありませんか？これは、ピンク汚れと言って、カビではなく菌が目で確認できる程にまで繁殖してしまったものなのです。

#### お掃除ポイント

ピンク汚れは、除菌・殺菌することが最も重要。除菌成分配合の洗剤を使い、スポンジなどでこすり洗いをしましょう。また、ピンク汚れはしめっている場所を好むので、日頃から窓を開けたり換気扇を回したりして、空気の入替えをするようにしましょう。

### 〔02〕 排水口の汚れ

#### カビ・水あか

排水口は、カビや汚れが一番多くできる場所。お掃除をするのも気が重くなってしまいますよね。髪の毛や石けんカスがたまると水あかができやすくなるうえ、長い間放っておくと、いやな臭いやドロドロとした汚れの原因になってしまいます。

#### お掃除ポイント

週に1度は排水溝を取り外してお掃除するようにしましょう。目皿を外し、髪の毛などのゴミを取り除き、洗剤を排水口にスプレーします。5分ほど時間を置き、シャワーで流します。細かい部分は使い古した歯ブラシを使うと便利です。

### 〔03〕 浴槽の汚れ

#### 湯あか

浴槽にお湯を入れたままにしておくと、浴槽の縁の部分に汚れができます。これが湯あかと呼ばれる汚れです。湯あかは、石けんカスや皮脂などが水道水の成分と混ざって蓄積されたもの。目に見えにくい汚れですが、毎日落とさなければ、ぬめりや浴槽が黒ずむ原因になります。

#### お掃除ポイント

入浴後、お湯を抜かずに、200Lのお湯に対して重曹ひとつかみ(40g程度)を混ぜ合わせ、1晩おきます。お湯を抜いてから、スポンジに重曹を多めに取り、軽くこすれば湯あかをきれいに落とすことができます。

### 〔04〕 鏡の汚れ

#### 水あか

水道水に含まれるカルシウムやマグネシウムなどの金属イオン、シャンプーや石けんなどのカスが付着して鏡をくもらせます。これらの汚れは、お湯をかけただけでは落とすことができません。また、長い間そのままにしておくと、汚れがこびりついてしまいます。

#### お掃除ポイント

浴室用クレンザーをつけたスポンジで、円を描くように磨き、その後、水拭きしてから乾いた布で拭き取ります。最近では、量販店で鏡磨き用の専用アイテムも売られています。



あなたはどう使う？

## おしゃれなガラス瓶「メイソンジャー」

オシャレな雑貨が続々と登場する中、ひととき注目を集めているのが「メイソンジャー」。メイソンジャーと聞くとピンと来ないかもしれませんが、ねじ蓋がある厚手のガラス製の保存容器のことで、ジャムやコンポートなどを入れておくのに使われる瓶といえばわかりやすいかもしれません。その使い方は今までとはまったく違ったもので、保存容器というよりも持ち運びできるオシャレな食器、雑貨として若い女性の間で注目されています。バリエーションも豊富なその活用法をいくつかご紹介しておきましょう。



### ジャーサラダ

ジャーにドレッシングを入れ、キュウリやニンジンなどかための野菜、トマトやアボカド、葉物野菜といった順に隙間なく野菜を詰めていだけ。彩りもよく、お弁当からパーティーの席まで大活躍間違いなし。スイーツを入れてもかわいい！

### メモリージャー

思い出を綴った紙や写真をジャーに入れて、一年の終わりに見返してみたり、ピンがいっぱいになっていくのを楽しめる、新しい日記の形です。家族と共有するのもおすすめ。デコレーションすると見た目もモチベーションもUP。

### ドリンクボトル

ストローをさすことができる専用のキャップを取りつけば、いつでもどこでもカフェ気分。お気に入りの飲み物やスムージーを入れて楽しんで。持ち手のついたマグカップ型のもや、軽くて持ち運びに便利なペットボトル製のものもあります。

### インテリアとしても

お部屋に飾って楽しめるのも魅力。電球を入れてライトにしたり、手作りキャンドルの容器としても使えます。その他にも、お花を入れて花瓶として使ったり、キャップを交換すればシャンプーボトルにも変身。アイデアひとつでさまざまな使い方ができます。



### 『シナモンチャイ』

ハーブティーで

## リラックスティータイム

ブレンドレシピ

シナモンスティック(1本) + ミルク(適量) + はちみつ(適量)

### 代謝アップ&食欲を促進するシナモン

冷房によって血液の巡りが悪くなり、手足が冷えてしまう方におすすめなシナモン。体の末端まで血液が行き渡るため、冷え性を改善してくれる効果が期待できます。また、体温が上がることによって内臓を活発にし、消化力を高めてくれる作用もあります。



# ひりょうず 飛龍頭の Kantan レシピ



## 材料 4~5人分

- 豆腐……………500~600g
- 鶏ひき肉……………100g
- ネギ……………1/3本
- しいたけ……………2個
- 人参……………1/5本
- 長芋すりおろし……………100g
- 溶き卵……………1/2個分
- 酒……………大さじ2
- 塩……………小さじ1/2
- 薄口しょうゆ……………小さじ1
- 片栗粉……………大さじ3

## 作り方

- 1 豆腐はよく水を切ります(3~4時間)。更に耐熱ボウルにキッチンペーパーをしいて、その上に豆腐を乗せる。ラップをかけずに電子レンジで2分加熱し、しっかり水分を出す。ネギ、しいたけ、人参はみじん切りにする。長芋はすりおろす。(水切りは、豆腐の体積が2/3量になるくらいを目安に)
- 2 別のボウルに①の具材を全部入れ、鶏ひき肉、溶き卵、Aを加え、よく混ぜる。
- 3 180℃に熱した油で、②をスプーンで形を整えながら、静かに揚げる。(ピンポン玉くらいで5分ほど)
- 4 アツアツの飛龍頭はそのままでも、生姜醤油、辛子醤油などでもお好みで。

**POINT** 豆腐の水分はしっかり取り除く! 水分が多いと、揚げたときに油の中でバラバラに砕けてしまいます。



## ひりょうず 「飛龍頭」と「がんもどき」なにが違う?

関西では「ひりょうず」とも呼ばれるがんもどき。この2つ、元はまったくの別の食べ物だったんです。ポルトガル語の「フィロウス」=小麦粉をこねて油で焼いたお菓자에当て字をして「飛龍子」や「飛龍頭」と表される「ひりょうず」。一方、「がんもどき」はもともとは精進料理。こんにやくでつくられており、雁(ガン)の肉に味を似せているので雁もどき料理=「がんもどき」の名がついたという説があります。ポルトガルのお菓子とこんにやくを用いた精進料理がなぜ豆腐料理になったのか、それは謎です。豆腐にお好みの野菜を入れて油で揚げて作る飛龍頭は、揚げたてに辛子醤油や生姜醤油をつけたり、スープに入れるなど色々な食べ方があります。我が家オリジナルの飛龍頭をぜひ作ってみませんか?

カーサの家 株式会社タクミホーム

〒672-8013 兵庫県姫路市白浜町宇佐崎北 2 丁目 215-1  
TEL. 079-245-0378 FAX. 079-245-4894  
<http://www.takumi-h.com> [casa@takumi-h.com](mailto:casa@takumi-h.com)