

# Smart House 通信



ごあいさつ

6月は衣替えの季節です。

何を着ようか迷いますね。洋服はあるのに、着る服はない。

きっと皆さん体験されていることと思います。

これを機会に、手持ちの服を見直してみてもいかがでしょうか？

クローゼットや押入れからすべての服を取り出して並べてみると、

きっと1枚は「こんな服持っていたかな？」というものが出てくると思います。

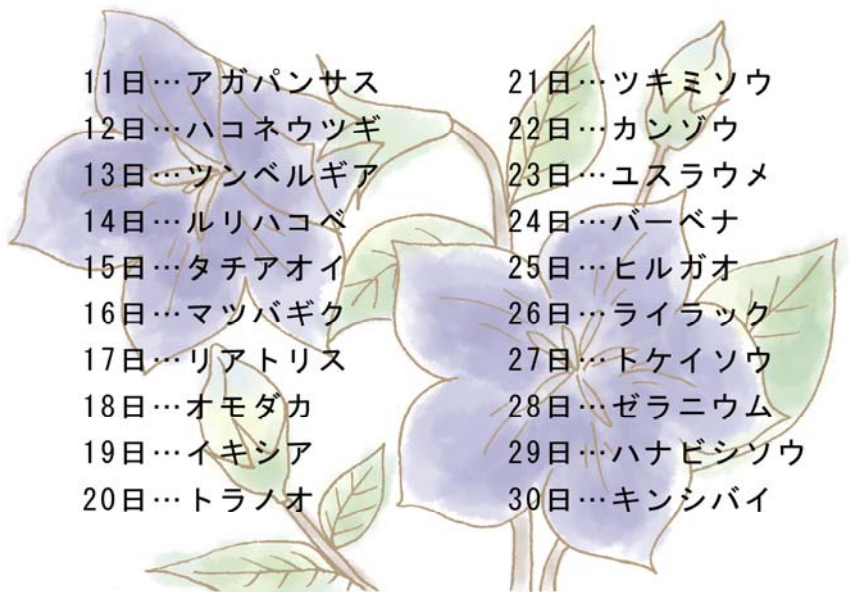
改めて購入しなくても新たなコーディネートが楽しめそうです。

そろそろ冷房も入る時期。上着を1枚持って出かけるのも忘れずに。



## 6月の誕生花

1日…ベニバナ	11日…アガパンサス	21日…ツキミソウ
2日…ヒメユリ	12日…ハコネウツギ	22日…カンゾウ
3日…スイカズラ	13日…ツンベルギア	23日…ユスラウメ
4日…ウツギ	14日…ルリハコベ	24日…バーベナ
5日…クレマチス	15日…タチアオイ	25日…ヒルガオ
6日…ヒエンソウ	16日…マツバギク	26日…ライラック
7日…ナデシコ	17日…リアトリス	27日…トケイソウ
8日…デイゴ	18日…オモダカ	28日…ゼラニウム
9日…アリュウム	19日…イキシア	29日…ハナビシソウ
10日…アカンサス	20日…トラノオ	30日…キンシバイ



# 雨の日の楽しみ方

雨が續くと、どうもうっとおしく感じますが、せつかくなので、雨だからこそその楽しみを見つけたいと思います。

## ・あえて、出かける

飲食店やテーマパーク、その他いろいろなところで「雨の日だからこそその割引」があります。事前に調べて、雨の日に、お得に、楽しくお出かけしませんか？  
雨の日に出かけてきて良かったねと笑顔になれそうです。

## ・家でキレイを磨く

爪のお手入れや、スキンケア、半身浴などでキレイに磨きをかけてみるのもいいかもしれません。やりたくても時間がなかった、面倒だったことをやってみる時間にあててみましょう。  
面倒だと思っていたことが習慣になると、あなたのキレイがUPしますね！

## ・家で、新しいことに取り組む

新しいことに取り組むこともお勧めです。  
読んだことのない分野の本を手にとってみたり、ネット講座（無料で受けられるものもたくさんあります）を受講したり、資格の勉強にも最適です。  
知識を深め、スキルを磨くことで仕事にも大いに役立ちそうです。

## ・休息

とりあえず、寝るという方も多いと思います。  
日ごろの疲れを溜めないためにも、寝不足解消にというのもいいですね。体調不良では、仕事もプライベートも充実は難しいもの。無理をせず、ゆっくり休むことも大切です。

イヤな日だなど思う雨の日も、人生の中で1日しかない大切な1日。  
ぜひ充実した1日をお過ごしください。





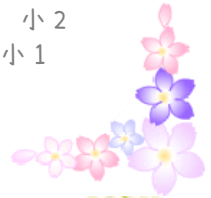
## ガパオごはん風～鶏とピーマンのアジア炒め



鶏みんちとピーマンをオイスターソースとめんつゆで炒めるだけ♡  
ポイントは仕上げのナンプラーと  
ぴかぴかの目玉焼き♡



材料 (1人)  
鶏ミンチ 100g  
ピーマン 1個  
玉ねぎ 1/4個  
にんにく 1かけ  
鷹の爪(お好みで) 1本  
大葉(スイートバジル) 4枚  
プチトマト 4個  
ご飯 1膳  
たまご 1個  
サラダ油 小1  
■調味料  
めんつゆ(2倍濃縮) 小2  
オイスターソース 小1  
ナンプラー 少々



### 1 目玉焼きを焼き始める。

ぴかぴかにするには、絶対にふたをしないこと。  
焦げそうになったら弱火にしてじっくり白身を焼く

2 にんにくはみじん切り、玉ねぎもみじん切り  
ピーマンは粗みじん、大葉はちぎっておく。

3 中火にフライパンをかけて、サラダ油とにんにくをいれて香りをだす。  
香りがでたら、鶏ミンチ、玉ねぎを炒める。

4 鶏ミンチが白くなってきたらピーマンをいれて炒める。  
玉ねぎが透明になって火が通ったらめんつゆ、オイスターソースをいれる。

5 混ぜ合わせてから、鍋肌にナンプラーを少しいれて(ナンプラーを焼く感じ)  
香りがでたら、ざっと混ぜ合わせて火をとめる。

6 ご飯を盛り、ガパオを盛り、目玉焼きを盛る。  
よこには、プチトマト、大葉(スイートバジル)を飾って完成。

7 この瞬間ほんとにテンションあがります!!!!



8 大葉(スイートバジル)は仕上げと一緒に炒めてもいいですよ。

### コツ・ポイント



仕上げにナンプラーを鍋肌で焼いて香りをだすこと!  
ピッカピカの目玉焼きを焼くこと!



# 結婚式豆知識

## 洋服の山



6月に結婚した花嫁は幸せになるといわれています。

もともとはヨーロッパからの伝承です。

由来は諸説あり、

・June（6月）が、ローマ神話の婚姻と女性の権利を守護するJunoからきているため、この月に結婚する花嫁は幸せになるだろうとする説。

・ヨーロッパの6月は雨が少なく良いお天気が続くため、祝福ムードで溢れ、6月の花嫁は幸せになれるとする説。

セレモニーもいろいろです。

ブーケとブートニア

昔ヨーロッパでは、男性が、プロポーズの際、野に咲く花で花束を作り、女性に手渡した、この花束がブーケ。女性はプロポーズOKなら、花束から1本を抜き男性の胸に飾りました。

これがブートニア。

ベール・アップ

ウェディングベールで顔を隠すのは貞操の象徴。誓いの後、ベールを花婿があげますが、これは2人を隔てる最後の障害を取り除く意味があります。

ファーストバイト

ケーキカット後、ウェディングケーキの一切れを互いに食べさせあう演出。新郎から新婦へは「一生食べるものに困らせない」。新婦から新郎へは「一生おいしいものを作ってあげる」との意味が込められている一口です。

今月、結婚式という幸せな方はもちろん、お呼ばれされている方も実はこんな理由でそうなんだと知ると興味深いものです。



発行店  
情報

ハウジング光正 株式会社  
日本合理化住宅協会（JCCA）  
発行責任者：馬場 光正  
住所：滋賀県彦根市大堀町蓮 965-11  
電話：0749-26-2666 FAX：0749-26-2667  
URL：http://www.3203.co.jp  
メール：info@3203.co.jp