



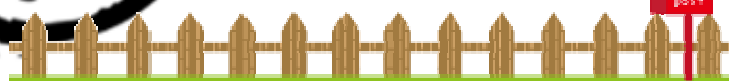
はらまる通信

HARA

MARU

TSUSHIN

VOL.75



住まいのワンポイントアドバイス

整理収納
アドバイザーの
ひとりゴト⑮

今回は「整理上手になるための8つのステップ」を紹介し、今までお書きしてきた内容がすべて盛り込まれています。まとめの意味で、このステップを覚えてください。

ステップ①：所有の意味を考える。

ステップ②：モノの本質を考える。

ステップ①②を踏むと、必要か不必要かを区別できた状態になります。

ステップ③：整理の狙いを明確にする。

ステップ④：狙いからグループ分けをする。

ステップ⑤：使用頻度でさらにグループ化

ステップ③④⑤を踏むことで、使う目的別にあわせて区別できる状態になります。ここまで来ると、何がどこにあるかが一目瞭然になります。モノの種類や数までも把握できるようになっているはずですよ。

ステップ⑥：収納を分析する。

ステップ⑦：グループと収納を重ねる。

ステップ⑥⑦で、整理されたものを収める場所を検討します。きれいに整理整頓をされたい方は、特に力を入れる場面です。

ステップ⑧：指定席の完成

ステップ⑧で実際にモノを収めて完成です。指定席というのは単にモノを置く位置を決めるというわけではありません。ステップ①～⑦をしっかりと順を踏んで行かないと、ルールが崩れてしまい、整理する前の状態に戻って行ってしまいます。基礎の無いところに家が建たないと、同じなのです。



みどりさんのおすすめレシピ

春菊を使った餃子の作り方

皆さんのお宅も、餃子の餡にこだわられたオリジナルの餃子があると思います。たまには旬の野菜を使った変わり種はいかがでしょう？春菊のクセが心地よいです。試してみてください。



材料 (24個分)

ひき肉 100g、春菊 1束、キャベツ 1枚、生姜・塩コショウ 適宜、お湯 150cc
黒酢 小さじ1、しょう油 小さじ1、ごま油 大さじ2、餃子の皮 24枚

作り方

- ① 春菊とキャベツをみじん切りにし、塩を振ってしばらく置く。
- ② 野菜から出た水分を切って、みじん切りにした生姜、ひき肉、塩コショウ、黒酢、しょう油、ごま油大さじ1を混ぜてよく練る。
- ③ 餃子の餡が出来たら、皮に包みます。餡の量はティースプーン一杯が大よその目安になります。
- ④ フライパンに火をかけ、油をひいて餃子を並べる。お湯を入れて蓋をして中火で餃子の皮が透けるまで待ちます。
- ⑤ お湯が無くなり皮に透明感が出たら、残りのごま油をかけて、水分を飛ばします。カリッとしてきたら完成です。

※わさび醤油や柚子コショウなどで、餃子を食べても美味しいです。



住まいプロ ホームウェル
トップ・ワークス



株式会社 トップ・ワークス

〒410-0311 静岡県沼津市原町中2-7-2
TEL(055)967-6166 FAX(055)967-7933

0120-54-6166

<http://www.topworks.org>

地域で生産されたものを、地域で消費。

JA なんすん 原産直市

原地域の30人の生産者が、季節に応じた「旬」の野菜を、毎週土曜日の朝8:00より、なんすん原支所北側にて販売しています。

旬の冬野菜も最盛期。新鮮野菜の食感を楽しんで召し上がってください。

是非手にとって、はらの旬を感じてください。

原産直市生産者一同



春菊を研究する。

シュンギクはキク科キク属の植物で、若い葉と茎を食用にします。「春菊/しゅんぎく」の名前の通り、菊の一種です。一般的に菊の花は秋に咲くのに対し、春に花が咲く菊ということから「春菊/しゅんぎく」と呼ばれるようになったようです。原産地はトルコやギリシャなどの地中海沿岸といわれています。ただ欧米では観賞用として用いられ、野菜として最初に利用したのは中国だそうです。日本には、室町時代までには伝わっていたとされています。

おいしい春菊の見分け方は、葉がピンとしていて張りがあり、緑色が濃くて茎の下のほうまで葉がたくさんついているものが良品とされます(品種によっては茎の下のほうには葉がつかないものもあります)。茎は細めで短いほうが口当たりはソフトです。葉が黄色くなっていたり、枯れているものは避けましょう。

◎当日出品する野菜が、お天気によっては多少変わることがありますが、ご了承下さい。

1 / 19・26 2 / 2・9

大根・みかん・ほうれんそう・白菜・ねぶか・春菊

さといも・こかぶ・ブロッコリー・切干大根

葉ネギ・赤飯・五目ずし・キャベツ・にんじん・水菜

たくわん・手作りこんにゃく・お茶・新米・味噌・漬物・お餅

干物・塩辛・海苔(第2・4土曜日)

※原産直市は、エコロジーな環境を応援します。買い物袋は持参してください。

ちよつとのんびり コーヒーブレイク

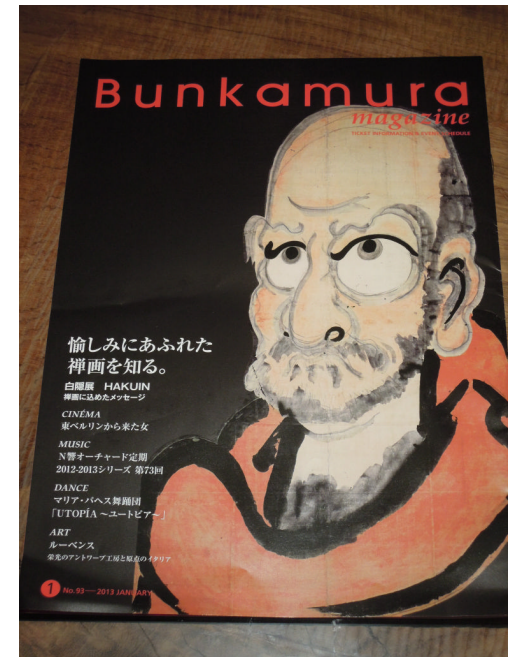
白隠展に行ってきました!

現在、東京の渋谷の Bunkamura ザ・ミュージアムにて白隠展が行われています。数千と言われる禅画や墨跡を残した白隠。その作品たちは全国、全世界へ散らばっていて、なかなか今回の作品展のように揃うことはないと言われています。この貴重な機会を逃してはならないと思い、偉大な地元の先輩を訪ねるような思いで、足を運んできました。

500年に1人の名僧と謳われた白隠。「南無地獄大菩薩」という言葉を生んだように、地獄や極楽といったものは、人間が不安や恐怖心から作り出した妄想と悟り、「日々是好日」、心を落ち着かせ、毎日を生きていることを、亡き今も、禅画や墨跡にて伝えて下さっています。

白隠の書画は、先人の影響を受けていない独創的なものばかりです。これは18世紀の京都画壇の画家たち(大雅、蕭白、蘆雪、若冲)が個性的な画風を開花されるにあたって起爆剤になったのではと言われています。今回の白隠展には池大雅の絵に、白隠が賛を入れた貴重な作品もあります。この大雅と白隠のつながりは、前号でお話した「帯笑園」の植松蘭溪へと繋がっていきます。

ユーモラスであった白隠。人間味あふれるは白隠の作品たちに多くの感動を頂きました。是非この機会にご覧になって頂ければと思います。また、東京まで足を運べない方は、白隠展の画集を買ってきましたので、弊社にお気軽にお立ち寄り下さい。お茶でも飲みながらご覧頂き、共感していただければ嬉しいです。



白隠展
～禅画に込められたメッセージ～

開催場所

Bunkamura ザ・ミュージアム
東京都渋谷区道玄坂2-24-1

開催期間

平成24年12月22日(土)
～平成25年2月24日(日)

開館時間

10:00～19:00

問合せ先: Bunkamura ザ・ミュージアム TEL: 03-5777-8600 (ハローダイヤル)