

月刊さんほうす通信

2015年4月号

vol.110



シバザクラ



スマイレ

今月のお花
 【誕生花】 カスミ草
 【花言葉】 清い心
 切なる喜び
 親切

【誕生石】 ダイヤモンド
 【意味】 清浄無垢
 永遠の絆
 純潔



ハナミズキ

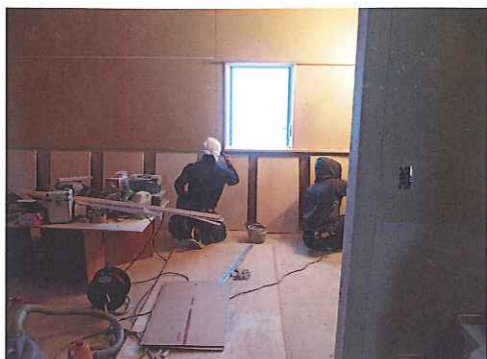


ボタン

株式会社サンハウス
 〒310-0911水戸市見和2丁目547-3
 TEL029-257-6566 FAX029-257-6567
 ホームページ http://www.sunhouse.bz
 E-mail info@sunhouse.bz
 SunHOUSE
 Lifestyle Architect Design

現場便り

「浜田の家」



「海に見える家」



「風の家」



「bitter chocolate」



「水戸市KU邸」



「仮）K〇様邸」



絵便り

このコーナーでは、当社の社長の自作の水墨画をご紹介します。
 その月に描いた（約3時間前後で描く）ものをお披露目します！



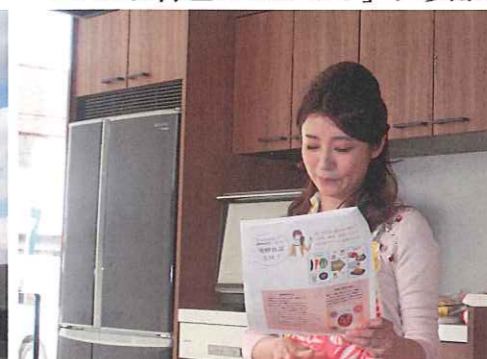
「3月25日頃から暖かく、春が近づいたなと感じる気候になりました。待ちわびた春、野も山も花が咲き乱れ、新緑に覆われます。人を含めた動植物は、春と秋に心を奪われますが、良く考えると春夏秋冬は生物にとって大切な変化。北緯40度前後の土地に暮らす人々の身体と脳を活性化させる位置にあり、文化も経済も他の国より発展しており、差別になるので発表はされていませんが…。日本は緯度的に恵まれた位置にあります。脳科学者に言わせると「人間は脳からの伝達でやる気になると思っていますが、それは誤解で行動しているうちにやる気になる。楽しいから笑っているのではなく、笑っているうちに楽しくなる。」順番が逆だと言う。夏も冬も大切な季節と思えば好きになる。自然のすばらしさを大いに楽しみましょう。」

題名『山紫水明』

社長より

イベント便り

パナソニックさんのリビングショールームで開催された春のショールーム体験フェアに行って、体の中からキレイになる発酵美人お料理セミナー「IHお料理SHOW!」に参加してきました。



講師はテレビでも活躍されている川村ひかる先生です。（テレビで観るより何倍もお美しい方でした。）パナソニックさんのIHクッキングヒーターを使って、川村先生が実際にその場でお料理され、作っていただいたお料理を試食させていただきました。～ ビーフストロガノフ、ポテト バケット、人参の塩麴炒め～どれもこれも、美味しく、また発酵食品について詳しいお話もありとても勉強になりました。IHを使えば火力調整も簡単で、何よりも安全でお掃除がしやすいのがとても便利です。3つ横並びのIHは、何人かでのお料理する時もゆったり出来たり、取手が邪魔にならないなどが好評のようです。

ショールームでの「IHお料理教室」

IHのプロの方がお料理しながら、特徴や使い方を説明して下さいます。月1回主に土曜日に開催されていてご予約なしで11時～16時までの時間で参加出来ますよ～。



パナソニックさんの最新設備は見て、触れて、ご体験いただけます。スタッフの方のご案内をご希望の場合は、事前にご連絡が必要です。

・システムキッチン、システムバスルーム、インテリア建材
 住宅用照明器具、トイレ

パナソニックリビングショールーム水戸
 HP→http://sumai.panasonic.jp/sr/mito/

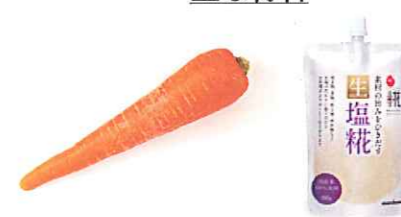
レシピ便り

パナソニックさんのお料理セミナーで発酵食品の塩麴を使い、川村先生が作られたレシピをご紹介します。

『にんじんの塩麴炒め』材料2人分

- ・にんじん 1本
- ・塩麴 大さじ1
- ・油 大さじ1

主な材料



できあがり！



塩麴のおかげで味や香りが変化し、元々の食材にはない美味しさが加わります。川村先生はにんじんジュースを朝飲まれていらっしゃるそう。にんじんに含まれる栄養素のビタミンAは、目や鼻の粘膜を保護してくれますので、花粉の飛ぶこの時期には特にお薦めですとのこと。

★簡単で、美味しく身体に良いものは毎日取り入れたいですね。

♥HPのスタッフダイアリーもチェックして下さいね！

作り方

- ① にんじんは千切りにします。
- ② フライパンを熱し、油をひいてにんじんを炒めます。
- ③ にんじんがしんなりしてきたら火を止めて、塩麴を入れます。