

八千穂駅前工務店よりホットな情報をお届けします。

おひさま新聞

令和6年
4月号
No.159

縁起がいい柏もち
柏の木は新芽が出るまで
古い葉が落ちないため子孫
繁栄や家の存続をこめて、端午
の節句に食べられるようになった
ともいわれています。



～受け入れて楽しもう～

皆さん、こんにちはは大栄建設の
三石です。

寒い佐久穂にもようやく春が訪
れましたね。今年の桜の開花は例年
通りと聞いていますが、旧八千穂中
学校敷地の堤防側の桜が一足早く
咲きはじめました。梅や辛夷に続
き、桜、そしてレンギョウ、桃、梨や
林檎の花も連休にかけて一気に咲
き賑やかな春到来です！

自宅から八千穂駅隣の会社まで
の愛犬との徒歩通勤、楽しみは季節
の移ろいです。スモモを片手に名前の
知らない草花を、パシヤツと撮り、スマ
木の便利機能で花の名前を検索し
説明文など楽しんでいきます。澄んだ
空気と小鳥のなき声、心身ともにリ
フレッシュできる至福の一時です。



今月のささやき

でも、そんな私ですが仕事や日常
の私生活で自分の思い通りに行か
ないときについてイラとし語気を強めて
しまふ事があります。徒歩通勤
も晴れの日はかりでなく雨や



絵 三石

雪、寒い日があつても自然を受入れ楽
しむ心境でいたからこそ丸四年続いて
います。自分の周りに起る事も都合
の良いことばかりではありません。で
も、将来につながる糧と受入れ楽し
たいと思います。
ニツコリと、今月もがんばるぞ！
それでは

大栄建設の ほっとにゅーす



こんにちは、大栄建
設の工藤です。今年の
3月は雪の多い1ヶ月
でした。春先の雪は
水分が多くて重く雪か

きも大変で筋肉痛がひどかったです。年々体
力が落ちてきていることを自覚して
ウオーキングなどを動かさないと駄目だ
と思っはいますが、なかなか実行に移せない
自分があります。今年も3ヶ月が過ぎてしま
いましたが、計画を立てて体力づくりに励ま
す。

話は変わりますが、国からの補助金もあ
たり、光熱費（特に電気代）の高騰もあり、
省エネになる断熱内窓を設置される方が多
くなりました。玄関は工事金額の割りに補助金
の出る割合が低く（現状でも引き戸の場合は
補助金対象外）、工事を躊躇する方が多
かったです。最近では玄関ドアの性能（気密・断熱
性）も上がり、デザインも増えていて、実
際に玄関ドアを交換するお客様も多
くなりました。デザインによっては、網戸を内蔵して
いるものもあります。また鍵も電子キーを選
ぶこともできるなど防犯性もよくな
っています。玄関がきれいにな
ると家のイメージ
も変わりますね。工
事も約一日で完了し
ます。気になる方は
ご検討を。



絵 三石

おひさま見聞録 日本再発見！

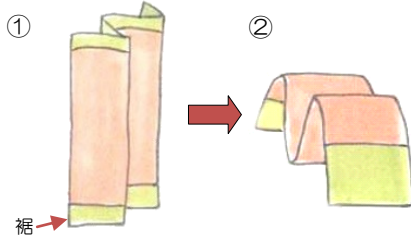
一任誌編①

まつらづかかんづめ
～松浦漬伍詰～（佐賀県唐津市）

「松浦漬」という名前とラベルだけでは、中身がさっぱりわからないこの商品。商品棚の派手なビジュ
アルからは想像もつきませんが、これは「かぶら膏」というクジラの上顎の軟骨を刻んだもの。それを
水にさらして脂を抜いてから、秘伝のレシピで調合した酒粕に漬込んだ、唐津市呼子の伝統的な銘産
品です。軟骨のコリコリした歯ざわりと、酒粕の華やかな香りが絶妙。「日本珍味五種」のひとつとも
称される独特な味わいは、試してみる価値あります。（「職場の教養」より）

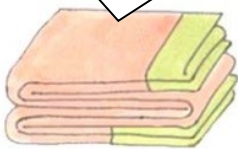


カーテンのたたみ方

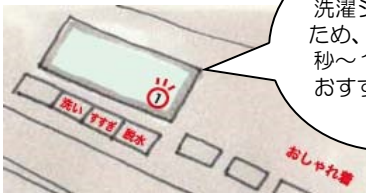


- ①縦に蛇腹状に折ります。
- ②さらに、横に蛇腹状に折ります。

汚れやすい上部と裾が一方
向にまとまるようにするこ
とがポイントです♪



洗濯シワを防ぐ
ため、脱水は30
秒～1分程度が
おすすめです！



●洗濯機に入れる前にすること

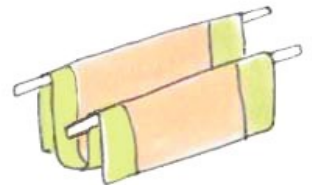
洗濯表示で洗濯機洗いや手洗いマークがあることを確認しまし
ょう。ホコリは掃除機などで、ある程度取りましょう。黒ずんでいる
部分があれば、洗剤の原液を塗布し、軽くたたいてしみ込ませる
と良いですよ。

●いざ！洗濯機へ！

洗濯ネットに入れることで、生地傷みを防ぐ、もしくは軽減でき
ます。洗濯表示の手洗いマーク、洗いおけマークは洗濯機の手洗
いモードにし、おしゃれ着洗いの洗剤の使用がおすすめです。
洗濯中に水がかなり汚れていたら、一度排水し、再度洗剤を入
れて2度洗いをするか、すすぎの回数を増やすなどすると良い
ですよ。

●干し方

薄手のものやレースカーテンは、そのまま
カーテンレールに干せば、自重でシワが伸
び、乾いたあとの取り付けの手間もなくラ
クチン。厚手ものは濡れていると重いた
め、カーテンレールの耐力が心配なら、外
干しがおすすめ。物干し2本でM字干しに
して風通し良くしましょう。



かんたんレシピ

しらすと春野菜の炊き込みご飯

教えてくれた人 …尾田衣子さん
料理研究家。料理教室「アセットドキ
ュ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで
料理を学び独立。身近な食材で手軽に作
れる料理に定評がある。
<http://ryo-ri.net/>

白だしと昆布でシンプルに
味つけをし、旬の味を活か
した春らしい炊き込みご飯
です♪

しらすはカルシウムが多く、骨や歯を丈
夫にしてくれます。さらには、カルシウム
の吸収を助けるビタミンDも豊富です。
ビタミンDには免疫力を上げる効果もあ
ります。



材料

(4人分)

- 米…2合、しらす…50g
- そら豆(さや無し)…250g
- たけのこの水煮…90g
- 油揚げ…1枚
- スナップエンドウ…6本
- A：白だし…大さじ2
- 昆布…3×3センチ

作り方

- ①米は研ぎ、炊飯器の分量の水を入れ、大さじ2の水を取る。
- ②そら豆は湯に塩を加え、40秒程茹でて薄皮をむく。たけのこは粗切りにする。油揚げは3センチ程の細切りにする。
- ③①にAの白だし、昆布を加えて混ぜ合わせ、②、しらすを散らして炊飯する。
- ④③に筋を取り、4等分程にしたスナップエンドウを加えて1分蒸らす。
- ⑤ざっくりと混ぜ合わせて器に盛る。

※スナップエンドウは長時間火を入れると、色が変わるので、盛りつける1分前に炊飯器に入れて軽く火を入れましょう。



簡単クロスワード

A～Cは四字熟語の各漢字の一部を拡大したものです。四字熟語を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を教えてください。



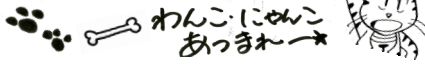
答は左下にあります。

基	用	陳	代	斗	天
無	大	謀	新	斗	泰
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
A		B		C	

答え

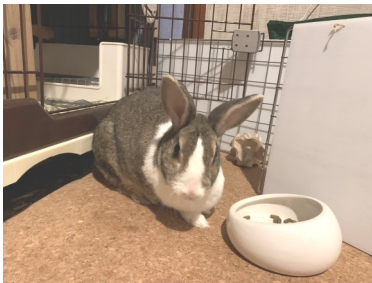
ちいさな家族の 車輪

我が家の小さなご家族を紹介していただくコーナーです。



八塚さんちのうさちゃん <佐久穂町>

つくねちゃん うさぎ (メス 7歳)
出生地/不明



<名前の由来>…
小諸の動物愛護センター「ハローアニマル」にいたときからの名前です。
同じ時期にセンターに来た動物

たちは、みんな食べ物の名前を付けられていたようです。

<こんな性格>…とても怖がりです。大人しく、柵がなくともケージを離れることがほとんどありません。

<好きなもの>…リンゴの皮、小松菜、キャベツ、人参



<八塚様よりひとこと>…

2年前にうちに来たときは、緊張した様子でほとんど動かなかったのですが、最近は私や娘が近づくと頭を低く下げて「なでて」のポーズをします。

本当に少しずつですが、以前よりも慣れてきている様子が嬉しいです。



みんなやさしくなでてくれるよ

八塚様、つくねちゃん、ありがとうございました。

地元詩人黒沢まさをさんの 心あたたまる詩のコーナー

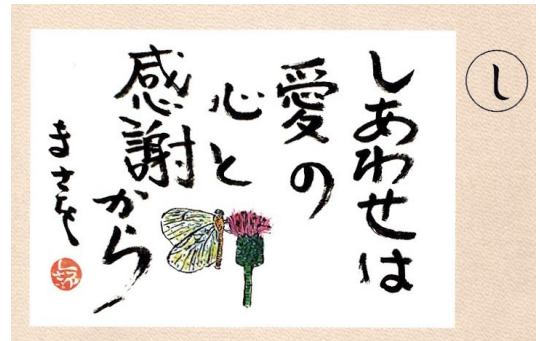
人生っていいなー

～「いろはうた」より～

第122回



黒沢 まさを氏
(本名: 黒澤俊典氏)



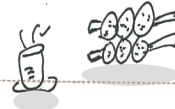
黒沢まさを詩画ブログ

<http://ameblo.jp/kurosawamasawo/>

うれしたのし ほっとだより



2月.3月雪がとて多く、雪片付けばかり
 していたおな... おひさま新聞を配る
 頃... 事務所の窓から今年も不安をのぞ
 けながらうらりしているMiです ♪ =o=



by Mi

Chottoいいかも

100円ショップでも見られるフォトフレーム。額縁もさまざまでおしゃれなものもたくさん。そこで、写真を飾る以外にも活用してみませんか？

■ 草花を飾る



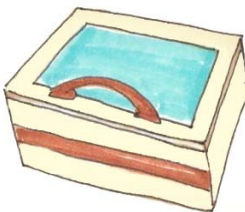
ベースの板に好きな柄の紙などを両面テープで貼り、その上にドライフラワーや造花の草花をマスキングテープで留めれば完成です！

紙に英語で好きな言葉を書いて添えても素敵



透明な板を2枚使ったタイプなら、その1枚の方に造花をマスキングテープで貼り、もう1枚の透明な板で挟んでもOKです。

■ 木製のボックスと合わせる



木製ボックス、取っ手、蝶番、すべて100円ショップで手に入ります

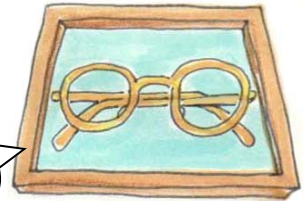
透明な板をフレームに両面テープやボンドで固定し、取っ手を付けます。蝶番で木製ボックスに取り付けられれば完成です。

■ 飾りを貼っても素敵！



ベースの板を外し、透明の板にアルファベットのシールで部屋名を貼り、フレームに両面テープやボンドで固定します。

■ ミニトレイとして活用



メガネはもちろん、アクセサリー置きとしても使えます

透明の板は外し、ベースの板にフェルトを両面テープで貼って装着すればOK！平置きするため、スタンドのないタイプを選びましょう。

2/3

新春リフォーム相談会

目

&

お餅つき・豆まき大会



やりました！

セミナーの様子



相談会では大型補助金の活用例を交え、セミナー形式でも行いました。

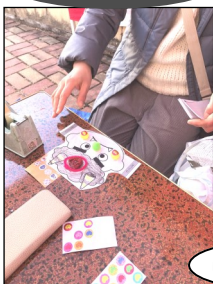
※補助金活用についてはお問い合わせください。(ただいま継続中)

もちつき大会



子どもたちも一生懸命！
ぺったん
ぺったん

おにのお面づくり



当
き
た
っ
た
♡



じょうず

福引に盛り上がるお客様たち！



豆まき

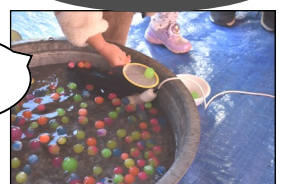
青おに 誰だ？



おまえこそ誰だ？

おっと！
たのしー♪

スーパーボールすくい



お天気にも恵まれ、お客様と一緒に新春のスタートが切れました！



大栄建設株式会社

〒384-0702 南佐久郡佐久穂町穂積1326
●TEL(0267)88-3417 ●FAX(0267)88-3923

LIXILリフォームショップ
大栄

検索



次号は令和6年6月号です。