2023 8月号 No.161 コウノ
Sunらいふ
発行　河野プロパンガス 有限会社 SUNらいふ企画室 TEL. 043-253-4678 FAX. 043-253-4679

住まいの役立つ情報　食欲が落ちる夏の味方！そうめんのつゆをもっと美味しく！

夏の定番である「そうめん」。さっぱりしたものを食べたい時や、ぱっと食事の準備を済ませたい時にも重宝するメニューですが、もともとが淡白な味なので数回食べると飽きてくることも…。今回はマンネリ化しがちなそうめんを簡単に、美味しく味わえるアレンジ術をご紹介！

市販の「タレ」を混ぜるだけ！「1:1」の簡単アレンジつゆ

●焼き肉のタレ(60ml)＋めんつゆ(ストレートタイプ60ml)

市販の焼肉のタレに含まれたにんにくの香りが食欲をそそります。適度な油分もあって、そうめんをしっかりした味付けで食べたい時におすすめ！

●ゴマダレ(60ml)＋めんつゆ(ストレートタイプ60ml)

若干とろみがつくことで麺によく絡みます。ゴマの風味豊かで、まろやかな味わいのめんつゆに大変身しますよ。

濃縮タイプのめんつゆをお使いの場合は規定の分量の水で希釈してからタレと混ぜてください！
▶2倍濃縮はめんつゆ30ml＋水30ml=60ml
▶3倍濃縮はめんつゆ20ml＋水40ml=60ml

さらに簡単！調味料の「ちょい足し」で味に変化を♪

いつものめんつゆに調味料をちょっと足すだけ！ 食卓ですぐに試せるものばかりなので、こちらのアレンジ方法もお楽しみください！

●さっぱり冷やし中華風に…「酢」をちょい足し

穀物酢を使うとパンチの効いた酸味が楽しめ、米酢を使うとまろやかに、黒酢を使うと深みのある味わいになります。大量に入れるとめんを啜る時にむせてしまうので、少量ずつ入れて味の調節を。

●風味がグッと増す…「ゴマ油」をちょい足し

ゴマ油を少量垂らすだけでつゆの印象がガラッと変わるので、食べながら味変したいと思いついたときにも便利です。

●フルーティーな味わいに…「オリーブオイル」をちょい足し

オリーブのフルーティーな香りが、そうめんつゆの味わいを引き立てます。トッピングにはトマトやアボカド、ツナが相性抜群です。

●後ひくうまさに…「マヨネーズ」をちょい足し

まろやかさもありつつ、やわらかな酸味がクセになるそうめんつゆに仕上がります。マヨネーズはダマになりやすいので、よく溶きほぐしてそうめんに絡みやすくするのがポイントです。

世界の花　毎月咲く花をピックアップしてみました!!　8月 フヨウ

開花時期：8月～10月

美しいピンクの大輪の花を咲かせるフヨウは、夏を代表する花木として親しまれています。園芸品種は多くありませんが、ピンク以外にも、白花や八重咲きが販売され、草本のアメリカフヨウとの交配種もあります。

(切り取ってポストへ投函ください)

郵便はがき

料金受取人払郵便
美浜局承認
4326
差出有効期間
2025年1月31日まで
切手は貼らずにお出しください。

2 6 1-8 7 9 0

千葉市稲毛区園生町139-5
河野プロパンガス有限会社
Sunらいふ企画室　行

お風呂　トイレ　キッチン
洗面　オール電化　太陽光発電　外壁塗装
リフォームのコウノ
Total Reform & Repair Shop
Kouno Reform since1960
河野プロパンガス 有限会社
園生店（本社）／
〒263-0051千葉市稲毛区園生町139-5
FAX. 043-253-4679
おみずのリフォーム
0120 FreeDial 0120-036-146
ホームページはこちら リフォームのコウノ 検索
http://www.kouno-reform.com/
アクセスマップ
宮野木台
京野ホームセンター
宮野木小学校
宮野木駅
京成線
西小中台小学校
園生駅
筑前橋
ユマザキティーリースアート様
稲毛海岸駅
京成千葉線
稲毛小学校
河野プロパンガス 園生店
SUNらいふは捨てずに保存してくださいね!!
集めるときっといいことがありますよ!!

—お願い—
◎皆様からお寄せ頂きましたご意見、ご感想等は「SUNらいふ」への掲載をお願いする場合がございます。お手数ですがご住所、お名前、お電話番号を記載の上お送り下さい。
—個人情報の取り扱いについて—
◎当社は、個人情報保護に関する法令およびその他の規範を遵守いたします。

サンデーキッチン Vol.77

アウトドアシリーズ

キャンプ風トマトカレー

夏にぴったり♪トマトの爽やかな酸味で食欲増進！

作り方

—材料(5皿分)—

ご飯	5皿分
カレールゥ(中辛)	1箱
牛こま切れ肉	200g
玉ねぎ	中2個
トマト	中3個
しめじ	2袋
おろしショウガ	小さじ1
おろしニンニク	小さじ1
サラダ油	大さじ1
水	600ml
バター	30g
塩・黒コショウ	適量
赤唐辛子パウダー	お好みで

1 玉ねぎは薄切り、トマトはぶつ切りにする。しめじは石づきを切り落とし小房に分ける。

今回トマトは皮付きのまま調理をしていますが、「湯むき」をすると滑らかな仕上がりになります！

厚手の鍋にサラダ油を熱して牛肉を炒め、火が通ったらボウルに取り出しておく。同様にしめじも炒め、火が通ったら取り出しておく。

2 先ほどの鍋に玉ねぎを入れて炒める。玉ねぎがしんなりしたらトマトも加え、トマトから水分が出てくるまで炒める。

鍋に牛肉としめじを戻し入れたら、ショウガとニンニク、水を加え15分ほど煮る。

3 一旦火を止め、バターとルゥを割り入れて溶かし、塩と黒コショウで味をととのえる。

スパイシーな味がお好みの方は赤唐辛子パウダーを入れてください！
味をととのえたら再び火にかけ、時々かき混ぜながら弱火で5分煮たらカレーの完成！
皿に飯を盛りカレーをかけ、お好みでベビーリーフなどのサラダ野菜を添えて召し上がれ！

河野コラム

角刈り乙女の恋 1

さて、今回のコラムは我が家の愛犬「ピカ」についてです。ミニチュアピンシャーという大種ゆえ、結構なフォルムのピカさん、短い体毛、黒い色、そして声の野太さから、初めてあった飼い主さんには、間違いなくオスと思われてあります。家族内の愛称も、息子Rの提案から、「ピーやん」。おおよそ女子につけるようなあだな名ではありませんね。

吟今では、毛足の長いワンちゃんが多くトイプードル様、ポメラニアン様、パピヨン様、ヨークシャテリア様など、ヒリミングで個性を主張できるワンちゃん達と出会います。そんなお、短髪な子であるピカには、歌手である加藤会紀子さんのようなイメージを思い浮かべて、「角刈り女子」と呼んでいるのであります。

さて、そんなピカですが、この一年でだいぶ行動範囲が広くなりました。5月で2歳になり、柿がっていた重にも慣れてきたため、散歩も素かに約2キロの貝塚公園まで行けるようになったのです。

そこで彼女にとって運命の出会いがありました。初めての公園、貝塚という名前の通り、そこは大昔に埋められた土器などがたくさん発掘されるために、開発の許可が下りずに広大な土地に草が茂っているというワンちゃんにとってのパラダイスだったのです。そこには、たくさんの犬と、飼いまさんが散歩に来ていました。その中で、一匹のワンちゃんがピカに寄ってきてくれたのです。

薄い茶色の巻き毛の体毛に、愛くるしい顔、トイプードルのようなシェイプですが、どことなく、穏やかな優しさを漂わせる男の子。今はやりのお喜会系男子ともいいましょうか。初めての子たちにはすべてフレンドリーに接してくれるそのワンちゃんは「ミルク」くんといい、トイプードルとキャバリアという犬種のミックスなのだそうです。

どちらかといえば繁殖な省のピカは、この通称「ミー君」のおかげで貝塚公園が少しずつ好きになっていきました。

「ピーやん、ミー君に会いに行こうか」と話しかけるとノリノリで外に飛び出していくようになったのです。そのほかに何匹もお友達が増えて、少しずつではありますが認識されていくよ

今回はここまでで終わるとと致しましょう。

また次回に続きます。

がんばれ～タスカル (161) 手丸かのこ

失敗しないリフォーム システムバスなのに、寒い！ —お風呂編—

●真新しいシステムバスにして、夏は良かったのに、冬になったらなんだか寒いわ！システムバスってこんなものなの？？
●浴槽はお湯が冷めないし、時間がたっても入れるけど、洗い場が寒いんだよ！
●子供達が小さいから、洗い場で遊んじゃうの。母親としては風邪ひかないか心配で…。
●こんなことなら、浴室暖房機をつけておけばよかった…。今から付けるって言っても、余計に費用がかかるだろうしなあ…。

こんな声が数多く寄せられていました。

この問題にならないために

解決策

① システムバスは、メーカーやグレードで断熱性能に大きな違いが発生します。浴槽の断熱性能は各社しのぎを削っていますが、天井、壁、床といったパーツでは大きく違う事がしばしばあります。

② 千葉県でも、冬になるとシステムバスの断熱性能が決め手になります。壁、床、天井の断熱性に注意して見てください。また、浴室暖房機を付けることで更に安心して入浴することができます。

リフォームのコウノでは、お風呂のリフォームについてわかりやすいブログにまとめています。よろしければぜひお読みください。 リフォームコウノアメブロ 検索

次回は、「ドアの形で洗い場が窮屈に！」についての情報をお送りします。

まちがい探しクイズ・難読漢字クイズ 7月号の答え

まちがい探しクイズ

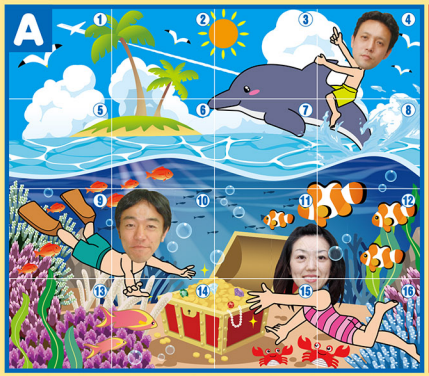
1	3	9	11	16
金魚の数	ひまわり	タオル	カブトムシ	蚊取り豚

難読漢字クイズ

1. 商陸 → いおすき
2. 赤鶏魚 → あかいさぎ
3. 星挙尾虫 → ほししりあげ

まちがい探しクイズ

A と B の絵をよく見て、間違っている場所を探してね!!



正解者の中から抽選で1名様に、素敵なプレゼントが当たるラッキークイズ♪
間違っているマスの数字を「付属ハガキ」に記入して、郵送かFAXにてご応募ください!!

応募締め切り 8/20(日)

ちょっと!! おじゃましま～す!! Vol.56

今回は
四街道市 Y様
雨どい交換工事の
現場をご紹介致します！

先日の大雨で、雨どいから水が大量に落ちてくるとご相談をいただきました。お伺いすると、雨どいが破損していたので、早速交換させていただきました。台風、大雨の時期になり、雨どいが破損していたり、ゴミが詰まっていたりすると排水溝に水が流れず、家屋へ浸水することがあります。お早めにご相談ください。

インスタグラム はじめました!

お客様宅へお邪魔した際は、笑顔で迎えて頂けるとうれしいです!!次回もお楽しみに♪

難読漢字クイズ なんて読む？

まずは初級編 ① 針眼

中級編 ② 野蜀葵

上級編 ③ 松斑天牛

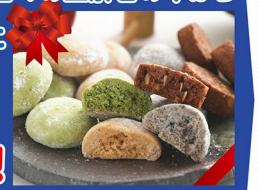
①、②、③の読み方の解答を「付属ハガキ」に記入して、郵送かFAXでご応募ください！

応募締め切り 8/20(日)

な、懐かしい～!! コウノ時間旅行 箱型プランコ

本来はゴンドラ型のプランコ部分に、まだ自力でプランコを漕ぐことができない小さな子どもを乗せ、外側から大人がゆらゆらと揺らすことを想定・設計された遊具でした。しかし年長の子どもたちが座面に立って、数人がかりで勢いよく漕ぐ姿なども見られ、そういった本来の想定とは違う遊び方をしたせいか事故が多発。かつては日本国内多くの公園に設置されたこの箱型プランコも、安全に問題があるとして、2010年代に入ると急速に撤去されていき、昭和の「定番遊具」は時代の流れとともに「懐かしの遊具」へと変わっていきました。

・まちがい探しクイズ
・難読漢字クイズ
各々の正解者の中から抽選で各1名様に
和菓子屋のクッキー
プレゼント!!



FAX 043-253-4679

6月号当選者は

・まちがい探しクイズ 千葉市花見川区 H様 ペンネーム イクちゃん様
・難読漢字クイズ 千葉市稲毛区 Y様

おめでとうございます!!

6月号プレゼント

(切り取ってポストへ投函ください)

『Sunらいふ』は皆様に支えられています。

☆2023年8月号まちがい探しクイズの答え
※イラストのマスの数字を5つ記入してください

☆2023年8月号難読漢字クイズの答え

1 ＿＿＿＿ 2 ＿＿＿＿

3 ＿＿＿＿

ご意見・ご感想・コウノスタッフへメッセージなど

〒 -

ご住所

フリガナ ペンネーム

お名前 男・女

お電話番号 ( )

ご記入ありがとうございました！