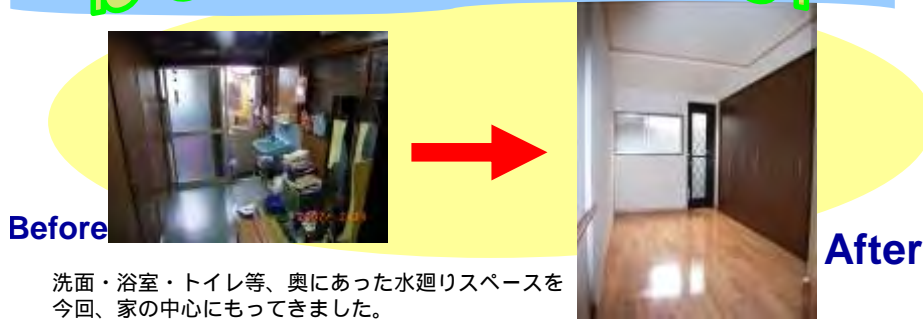


before → after



Before

After

洗面・浴室・トイレ等、奥にあった水廻りスペースを今回、家の中心にもってきました。

介護が必要な家族のために、あえて水廻りを変更して陽のあたる場所に寝室をもっていきました。従来なら水廻りは外に近いところに設置することが多い中、住んでいる家族のライフスタイルに合わせて今回は家の中心に水廻りを設置しました。陽当たりの良い明るい寝室と、使い勝手の良い水廻りスペースにより『家族に優しい家』が出来ました。(^^)

Point リフォームを考えるうえで一番大切なのは、住んでいる人がよりよい生活空間をどうすれば作れるか。ということを考えることです。

信太の豆知識

野菜の豆知識



今回はちょっと真面目(?)に野菜を題材にしてみました。まず緑黄色野菜ですが、こう呼ばれる野菜は何も緑や黄色だけとは限りません。例えば青い葉の軟弱野菜、赤いトマト、人参等も入ります。食物繊維を多く含むものは納豆、そば、インゲン豆、かぼちゃ、ひじき、りんご、さつまいも、里芋、干し椎茸、筍等とレタスやセロリだけが食物繊維の野菜でないことがわかります。ところで読んでもらえない程、難しい漢字の野菜、果物達の漢字名が皆さんは読めるでしょうか?まず1問目に『無花果』花が無い果?果物みたいですね...2問目は『菠薐草』草?みたいですね...3問目は『実芭蕉』かの俳人みたいな名前ですね。答えは1から順に『無花果』 いちじく『菠薐草』ほうれんそう『実芭蕉』バナナと読みます。皆さんは読めたでしょうか?それにしても、こんな難しい漢名を一体誰が付けたのでしょうか。そんなこんなで今回の豆知識は以上です。

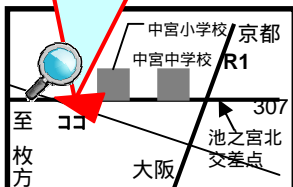


ページにどんどんアクセスしてください!

<http://www.arc-nakahara.co.jp>

新築・ナカハラ

検索



建築・設計・施工リフォーム
(一級建築士事務所)

建築・設計・工房
株式会社 ナカハラ

枚方市中宮山戸町1-30 072-898-1338FAX072-898-1390

ほっと一息...



ナカハラ通信

2007.6.20

Vol.4



Welcome



こんにちは(^^突然ですが皆さん「顔ちえき」ご存知ですか?最近ひそかに流行っているらしいです。私も先日友人に教えてもらったんですが、携帯で撮った写真を「顔ちえき」のサイトに送信すると、コンピュータが顔を認識して1番似ている芸能人を教えてくれるんだそうです。友人は「チェ・ジウ」に63%似ていると出たそうです。その結果に半信半疑で私も送信してみました。結果...「藤井隆」43%...え?男?しかも「藤井隆」...(T T)しばらく落ち込んだあと、「所詮コンピュータ!」と自分を励ました。でもけっこう当たるらしいです...。まあすっぴんでしたしね!これから出かける時にはちゃんとお化粧しようと思いました(-_-;)皆さんも一度試してみてください。けっこう盛り上がりますよ。勇気のある方はぜひすっぴんで!

簡単! Cooking レシピ

おいしい☆

フライパン1つで 和風パスタ

材料(3~4人分)

- パスタ ... 300グラム
- ツナ缶 ... 大1缶
- なめたけ ... 2/3 ~ 1瓶
- 大根 ... 1.5センチ
- 大葉 ... 20枚
- きざみのり ... 適量


作り方




大葉は千切り、大根はすりおろしておきます。
塩を入れた熱湯でパスタを茹でます。
茹で上がったお湯を切って、お鍋にパスタを戻し、軽く油を切ったツナとなめたけを入れて混ぜます。
最後に大葉を入れてさっと混ぜます。
お皿に盛り付け、上から大根おろしとのりをのっけて出来上がりです。


もう一品

大根おろしと大葉でさっぱり和風パスタ これからの季節にピッタリです。
調味料は使いませんが、しっかりお味は付いています。



材料(2~3人分)

- マグロぶつ切り ... 1パック
- アボカド ... 1個
- 焼き肉のたれ ... 適量
- 卵黄 ... 1個分
- 付け合わせの野菜 ... 適量
- 万能ねぎ ... 適量



作り方

アボカドは一口大に切り、あればレモン汁をふって変色を防ぎます。
アボカドとマグロぶつ切りをお皿に盛り、焼き肉のたれを回しかけ、卵黄を乗せて万能ねぎをかけて出来上がりです。卵黄をよく混ぜてくださいね!

イチオシ! オススメSHOP

お好み焼・鉄板焼
なんじゃもんじゃ



ぶた・いか・えび・たこ・コーン・卵入りの「なんじゃ焼」¥900-はボリュームいっぱい オススメです。

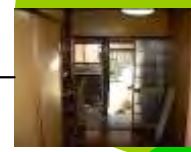


オムソバ好きの私もお気に入りの一品です。

親しみやすい名前とアットホームな雰囲気が人気のお好み焼・鉄板焼の『なんじゃもんじゃ』さんです。
お好み焼はもちろん、一品・その他のメニューも充実(^^)私も何回か足を運ばせてもらっていますが、何を食べても美味しいですよ(^o^)これからビールのおいしい季節美味しいお好み焼と美味しいビール...なんて最高の組み合わせですよ

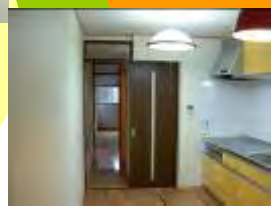
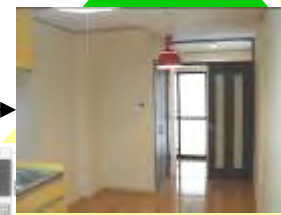
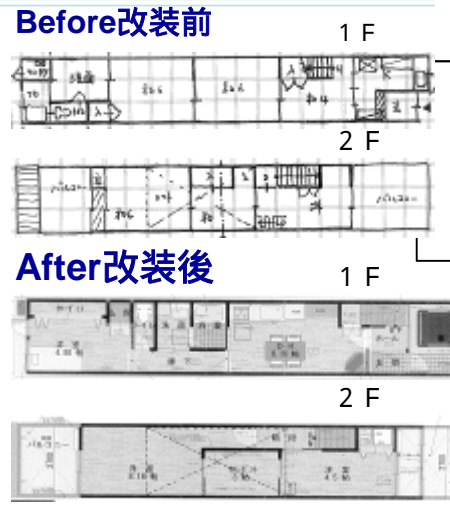
場所: 枚方市茄子作1-42-30
TEL: 072-852-6300
営業時間: PM17:00 ~ AM24:00 定休日: 水曜日

倉ちゃんの 工程日記



今月、全面改装し完成した現場です。縦に細長く窓が無いため、当初中は暗い建物でした。照明器具は玄関のダウンライト以外ほとんど増えておらず、同じ物を使用していますが部屋の明るさの違いがはっきりと出ています。その秘密は.....

ずばり! 片引戸の上部に設けたFIXのガラスです。昼間、照明器具なしではいられなかった家も今度は照明いらずで過ごせるのでは!! 光を取り込むことによって、こんなに生活が変わるのかという良い例だと思います。



今月のお気に入り!