

# 簡単！おいしい★ Cooking★ レシピ

受験生の風邪予防に！金柑の生姜はちみつ煮

**材 料**  
 金柑…………… 300g  
 はちみつ…………… 150g  
 すいおろし生姜…………… 1かけ分  
 塩…………… 少々



1. 金柑を洗い、ヘタの部分を取り、包丁で縦に切り込みを数箇所入れる。
2. 湯を沸かし、1の金柑を4～5分茹でる(湯騰させない様に弱火の事)。
3. 湯を捨て、金柑、はちみつ、すいおろし生姜を加え弱火で煮て、最後は塩で味を調える。

# 受験生をお持ちのご家族みんなで食して、  
 風邪予防してくださいね #  
 ぜひ、お家で作ってみてくださいね！



## 2月に咲く花のご紹介☆☆フリージア☆☆



・フリージアの原種の多くは南アフリカに自生しており、世界でアフリカ大陸のみには存在しない小さいグループです。原種は11種あるといわれており、小さく可憐な花を咲かせ、周囲に甘い香りを漂わせるものや、地味な色合いで香りの全く無い物があり、ひっそりと岩陰に、又は乾燥した地にそう目立たず長い年月生き延びています。

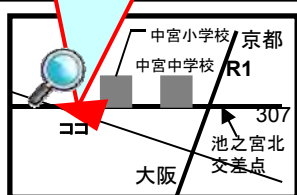
**花言葉**  
 無邪気、純白、潔白、  
 白:あどけなさ  
 黄:無邪気  
 赤:純潔

ホーム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

フリーダイヤル



0120-026-096

枚方市中宮山戸町1-30 TEL072-898-1338FAX072-898-1390

ほっと一息…



# ナカハラ通信



2014.2.20

Vol.85

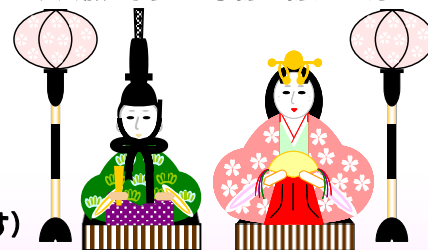
2月は1年で1番寒い月になるそうだが、行事も多い月になります。節分にバレンタインデー、受験の方もいらっしゃる。そして1番怖いインフルエンザが最も流行する月だとも言われています。楽しく行事をこなすために、健康を心がけてお過ごしください。

もうすぐ、桃の節句・おひな祭りがやってきますね。由来を調べてみました。

### ひな祭りの由来

ひな祭り=桃の節句の起源は、平安時代までさかのぼります。昔の日本には五つの節句がありました。この節句という行事が、貴族の間では季節の節目の身の汚れを祓う大切なものでした。

- 人日(じんじつ)→1月7日「七草がゆ」
  - 上巳(じょうし)→3月3日「桃の節句」
  - 端午(たんご)→5月5日「端午の節句」
  - 七夕(たなばた)→7月7日「七夕祭り」
  - 重陽(ちゅうよう)→9月9日「菊の節句」
- (※「菊の節句」は現在はなくなっています)



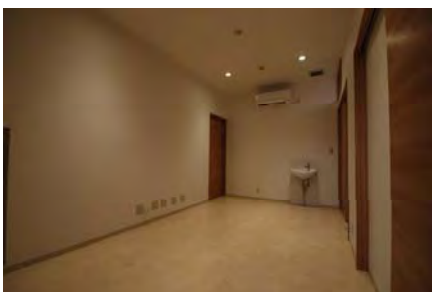
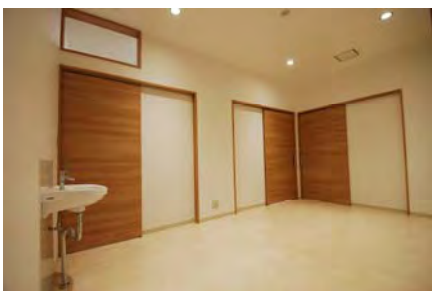
上の日にちからもわかるように、「上巳の節句」が、現在の「ひな祭り(桃の節句)」になっています。平安時代、上巳の節句の日は薬草を摘んで、その薬草で体のけがれを祓って健康・厄除けを願いました。

平安時代には、出産の際の死亡率が高かったので、命を持っていかれないよう、枕元に身代わりの人形を置く風習がありました。人形(ひとがた)とは、身代わりという意味。この風習は、自分の災厄を引き受けてくれた人形を流す「流し雛」へと発展し、今も残っています。

また、ひな人形のひな(ひいな)とは、小さくてかわいらしいものという意味があります。平安時代、宮中では「紙の着せ替え人形」で遊ぶ「ひいな遊び」が行われていました。

室町時代になると、上巳の節句が3月3日に定着。紙のひなから、豪華なお雛様を飾るようになり、宮中で盛大にお祝いをするようになったのです。それが宮中から、武家社会・裕福な家庭や名主の家庭へと広がっていき、今のひな祭りの原型が完成しました。段飾りが飾られるようになったのは、江戸中期の事。昭和に入ってから、今の様な雛人形の形になりました。

# 新築紹介

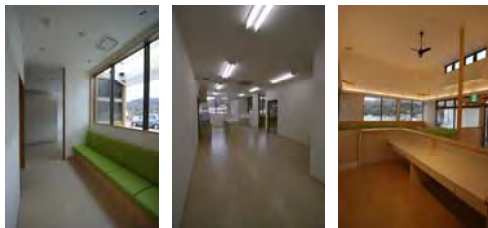


今回は某設計事務所様の設計作品である耳鼻咽喉科を建築したのでご紹介したいと思います。

白を基調とし無垢の杉板を外壁と室内の腰壁に使ってとっても温かみのあるデザインになっていますよね~♪  
ソファのグリーン色も落ち着きます。

待合室はとっても広々(\*▽\*)  
天井の高さは5mもあるみたいですよ!  
壁の間接照明も空間を和らげますよね♪  
部屋の角に間接照明を置くと空間を広くみせれるみたいなので是非お家でもやってみて下さい(▽^)/

場所は奈良県の香芝市にあるので近くを通った時は是非観に行ってみて下さいね~



## あこのWORDでお絵かき

先月号の鬼の面は、うまくできたでしょうか？今回はおもて面で書きましたおひな様の作成といたしたいのですが、2回目では少し難しいので後ろのほんぼりを作る行程をやっていきたいと思います。使うパーツは以下のものです。では、作成していきましょう。

- ① ○ ② ( ③ — ④ ♥ ⑤ | ⑥ ▽ ⑦ ◡

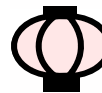
2個 2個 直線2本 5個 3個 1個 1個

上のコマンドの挿入をクリックします。図のコマンドの中のオートシェイプを選択します。(以下図形を挿入する時は基本図形の選択迄は同じ操作です。)

サイズの変更は、オートシェイプの書式設定で変更します。ほんぼりの中心をかきます。基本図形の楕円をクリックします。



ほんぼりのふくらみをかきます。基本図形の月で、サイズは上の楕円の高さと同じ高さで膨らみは楕円に沿うように膨らませます。コピーをし、反転して貼り付けて反対側のふくらみを作ります。上の楕円と月2つを選択しグループ化します。図形の塗りつぶし→その他の色でユーザー設定を選択。RGBの赤255・緑231・青231 線の太さ→2. 25pt。



「線」→「直線」で楕円の上下に短い線を描きます。◆ポイント...直線を引くには、shiftキーを押しながらドラッグすると、真っすぐな線が引けます◆線の太さ: 上の線3pt、下の線6pt グループ化します。



ほんぼりの模様を書いていきます。基本図形のハートを描きコピーして5つ描きます。放射線状(回転角度は72°が良いと思います)に並べてグループ化します。図形の塗りつぶし→白線の色→その他の色でユーザー設定を選択。RGBの赤255・緑217・青217。ほんぼりに貼り付けていきます。貼り付けたら、ほんぼり、模様をグループ化しておきます。(青の四角の中は見やすいように拡大しています。)



脚をかきます。「基本図形」→「四角」を選び、縦長に図形を3つ描きます。長い四角は笠の約2倍位の長さにします。横幅は同じで高さが違う四角を2つ描きます。



「フローチャート」→「論理積ゲート」で図形を描きます。「論理積ゲート」は「右へ90度回転」します。



「基本図形」→「アーチ」は黄色の調整ハンドルを移動して変形します。

「長い四角」論理積ゲート「アーチ」の3つを選びます。「塗りつぶし」→「黒」

短い四角形2つを選びます。「塗りつぶし」→「塗りつぶし効果」→「グラデーション」色1→

「その他の色」→「標準」→「橙色」スライダーを1番右へ移動して明るさを決めます。

「種類」→「縦」、「バリエーション」→「左下」線の色→「なし」

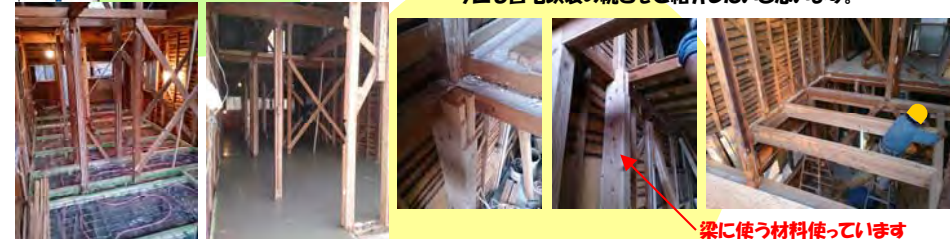
長い四角の上に短い四角を重ねます。上と下に「論理積ゲート」と「アーチ」を重ねます。すべてをグループ化します。脚の上にほんぼりをつけてグループ化します。完成です。



## 川ちゃんの

## 工程日記

今回も自宅改装の続きをご紹介したいと思います。



梁に使う材料使っています

施工中は構造上抜けない柱などもあり新築みだいにいけません。が地熱床システム+床暖の基礎補強が出来ました。

梁補強は門型7mm工法の応用で既存の柱・梁と一体になるように補強しました。柱型は普段梁で使用する大きい材料を使っています。柱・梁とも化粧で見せるため大工さんは一苦勞だったみたいです(▽^)