

a システム通信

アルファ



伊佐市大口羽月地内 M様邸

羽月城の城下にある住まいである。現在は居住されていないようである。
切石の門柱、石畳が当時の武家屋敷を彷彿とさせる。蔵は離れではなく母屋と繋がっている。
中々珍しい作りである。

春待つ花

凍えるように寒い日が続いていますね。この時期はつい体をちぢめ、うつむきがちに急ぎ足で歩いてしまいます。けれどふと足をとめてみると、そこには可愛らしい花。寒い時期だからこそ美しく、そして可憐に咲いているのです。

道端でよく目にする青い小さな花は、「オオイヌノフグリ」。たくさんの花達が集まって咲くので、自然と目が向き、その可愛らしさに思わず心が和みます。寒い冬の間には育ち、2月ぐらいから咲いて春の終わりには枯れてしまうこの花。少し可哀想な本名なのですが、実は「星の瞳」や「瑠璃唐草（るりからくさ）」など、とっても可愛らしい別名も持っています。今度見つけたら、思いきって別名で呼んであげたいですね。

日本人に馴染み深い「梅」もこの季節の花です。今でこそお花見といえば「桜」ですが、奈良時代より前は花といえば梅でした。万葉集には梅を詠んだ歌が100首以上もあり、古来より日本で梅が愛されていたことがわかります。花言葉の「忍耐」にも表されているように、まだ雪も降る寒い時期に、一輪、また一輪と花を咲かせるその姿は、美しさだけでなく逆境にも負けない力強さを感じ

られ、勇気をもらえます。満開まで1か月もかかるともいわれる梅の花。その姿を愛でながら、共に春を待つのも素敵ですね。

お正月には欠かせない「福寿草」も、実際の開花時期は2月から4月です。旧暦のお正月の頃に開花し、開花期間が長いことからつけられた名前は、「幸福」の福と「長寿」の寿が組み合わされたおめでたいもので、花言葉もズバリ「幸福」。黄金色の花を咲かせるものが有名ですが、赤色や緑色の種類もあります。またこの花は、春先に花を咲かせ、夏前までに葉を繁らせて光合成を行うと、地上に出ている部分を枯らして次の春までお休みしてしまう「スプリング・エフェメラル」という種類の植物。カタクリやセツブンソウもこの仲間で、「春の妖精」とも呼ばれます。土の中で眠っている間、妖精たちは暖かい春の夢を見ているのでしょうか。きっと私たちと同じように、春を心待ちにしているでしょうね。

季節を全身で感じ、小さな体を精一杯伸ばして咲く花たち。寒さの中で健気に咲く花たちを見ると元気をもらえますよね。さあ、春はもうすぐそこです！



二月 きらび 2016

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 <small>節分</small>	4 <small>立春</small>	5	6
⑦	8	9	10	11 <small>建礼門の日</small>	12	13
⑭	15 <small>ひしやうび</small>	16	17	18	19	20
⑳	21	22	23	24	25	26
㉘	27	28	29			



「〇〇チョコ」
2月4日はバレンタイン
最近はお返し相手によって
いろんな呼び方をされるみたい

「本命チョコ」 「義理チョコ」
「友チョコ」
「自分チョコ」 「ファミリーチョコ」
「逆チョコ」

あなたのキレイを作りますよ。



ハチミツ美容法

ハチミツって、きれいな黄金色といい、トロ〜とした甘さといい、女子にはちょっとトキメク存在ですよね？ そんなハチミツは、美容にも効果が高いってご存知でしたか？

【ハチミツをサブリ代わりに】

ハチミツには、良質なビタミンが多く含まれています。ビタミンには「活性型」と「不活性型」があり、蜂蜜に含まれるビタミンは92%が活性型で、不活性型のビタミン剤を大量に服用するより効果が高いことがわかっています。つまり、ビタミン剤を服用するよりも、蜂蜜を食べたほうが効果が高いのです。

ハチミツを食べると次のような効果もあります。

- ・ダイエット
- ・アンチエイジング
- ・整腸作用
- ・疲労回復
- ・高血圧予防
- ・脳の活性化

※まれに、乳児ボツリヌス症の危険性があることから、1歳未満の乳児には与えないようにしましょう。

【お手入れにハチミツを一滴】

保湿効果の高いハチミツは、洗顔フォーム、基礎化粧品（化粧水、乳液や美容液など）に1滴ほど混ぜて普段通りのお手入れをすると、お肌のもっちりスベスベになります。

※必ず腕などで、パッチテストをおこなってからお手入れしましょう。

ハチミツスペシャルケア方法

●ハチミツ蒸しパック

朝は洗顔前、夜はメイク落とし後、ハチミツ大さじ1を顔に直接塗ります。その後、ホットタオルを顔に乗せ、5分ほど置いて洗い流します。

●ハチミツ&砂糖スクラブ

蜂蜜と砂糖を1：1で混ぜたもので、濡らしたかかとや足裏などを優しくマッサージします。塩よりもお肌に優しいと注目されている砂糖が、古くなった角質を取り除き、ハチミツが保湿をしてくれるので、スベスベ効果は抜群です。

※スクラブは10日～2週間に1回を目安に行いましょう。



おけいこ事は何歳から？

新学期が近くなると、何か始めなければ・・・と気になるお母さんも多いと思います。可愛いわが子のおけいこ事は何歳から始めたらいいのでしょうか？

◆1歳～2歳

まだ通う人は少数ですが、英会話やリトミック（音楽を使っの教育法）などがあります。小さいうちに耳から入って来る感覚を養う目的がありますが、まだ抵抗力が弱い時期なので、感染症などに注意が必要です。

◆3歳～4歳

有名アスリートに「3歳から始めた」と言う人が多いように、体力もついて集団生活に馴染める年齢と言う点から、入園前に始める人が多いようです。ピアノやバレエ、体操教室、スイミングなど、幼稚園に入る前段階として、集団生活を始めるのもいいかも知れませんね。

◆5歳～6歳

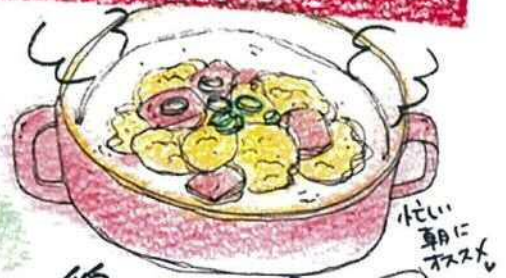
小学校に入る前の準備として、勉強の補助になるようなおけいこに通う人が多くなります。公文式の塾や硬筆、毛筆、そろばんなどが一般的です。一定時間机に向かう習慣をつけておくと、小学校の授業に馴染めます。

※おけいこには費用がかかります。兄弟そろって通うと、月謝も2倍。発表会や新しい本を買ったりと、突然の出費もかさみます。また、おけいこを始めるごとにお母さんの送迎の負担も増えて来ます。子供の性格などを見極めて、家計、時間、体力など、あまり負担にならないようにしましょう。決して「しなければならぬもの」ではないのですから・・・。



『みんな-ごはんにするよ』

Hoka Hoka スープニッポ



豆腐のスープ

4人分

- 絹ごし豆腐 2丁
- 無調整豆乳 2カップ
- めんつゆ (3倍濃縮) 大さじ4
- だし汁 2カップ
- 小口カリネギ 適量
- 粗びきこしょう 少々



トマトと卵の鶏ガラスープ

4人分

- トマト 1個
- 卵 2個
- 鶏ガラスープ 1,000ml
- 塩 少々
- こしょう 少々
- 小口カリネギ 適量



① 鍋に豆乳、だし汁、めんつゆ、豆腐を丸ごと入れて、弱火で煮る。

② ひた煮立ちしたら、器に豆腐をくずしながら盛り、スープを入れる。小口ネギと粗びきこしょうをふる。完成。

① 鍋に鶏ガラスープを入れ火にかけ、ザクザクしたトマトを入れ、トマトに火が通ったら、溶き卵を入れる。

② 塩、こしょうで味つけして器に入れ、小口ネギを散らして、完成。

今日の王冠デザート★

恵方巻を作ってみる：

節分のこの時期、お店では恵方巻の予約を見かけます。今年は、家族みんなで作ってみませんか？ 便利な道具を使えば、簡単に作れますよ！

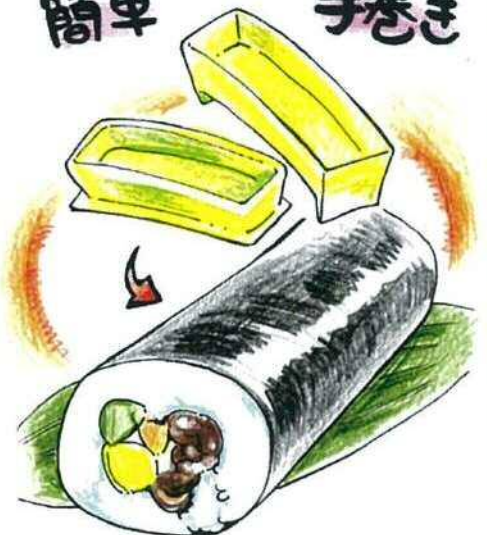
【簡単手巻きグッズ】

100均や大きなお店の調理道具コーナーに行くと、簡単に巻き寿司が作れるアイテムがあります。ケースにエンボス加工がしてある為、ご飯がくっつかないので、おすすめです。太巻きと細巻きの2種類があります。これなら、巻きすを使わなくても、だれでも上手に巻き寿司が作れます。ご飯→具→ご飯の順番に入れて、うえの蓋でぎゅっと押さえたら、完成です。それを焼きのりで巻くだけなので、手軽に作れますよ。

【具は何にする??】

家で作るから、みんなの好きな具をいっぱい入れることができます。マグロやサーモンなどのお刺身も、お家だとできたてが食べられます。とんかつやエビカツを入れてもいいですね。大人向けだと、ちょっとピリ辛なチャンジャ巻きなどおすすめです。変わりネタだと、カレー&半熟卵もおすすめ。慣れてきたら、お花や顔の巻き寿司など、子供たちも喜びますね。

簡単手巻き





誕生月の占い



1月 生まれ 状況を冷静に判断する能力に長けている様子。ちょっとしたトラブルも賢く対処して乗り切れる見込み。

7月 生まれ 時を経て徐々に真相が明らかになっていく様子。過去に囚われてはいけません。現時点のベストを。

2月 生まれ 楽しい時間を過ごすことができる暗示。しかし、勢いに任せて大盤振る舞いすると後悔することもある。ご用心。

8月 生まれ 何事も難しく考え過ぎないことが大切。周囲と調和することで、個人的な問題も不思議と解決に向かいます。

3月 生まれ なかなか捨てられない物を思い切って手放せば、新しいモノとの出会いの予感。重荷から解放されそう。

9月 生まれ 苦手な人に近づいて吉。口は悪くても実は指導してくれる誠実な人だったり、親しみを感じそう。

4月 生まれ 個人的な感情に惑わされることなく、マイペースに黙々と働き実績をあげられる模様。飾らないあなたが魅力。

10月 生まれ 人と同じではダメ。アイデアを取り入れたりオリジナリティを生かすことで、あなたの魅力が際立ちます。

5月 生まれ 疲れを感じたら無理をしない事。休日にはすべて忘れて、旅人のように過ごして心と身体をリセット。

11月 生まれ 難題だと思われていたことが、あなたの頑張りであっさり片付く模様。緊張感が解け達成感を味わえそう。

6月 生まれ 居心地のよい空間で過ごすことが運氣アップにつながる模様。インテリアにこだわってみましょう。

12月 生まれ 心と身体が別の動きをしたり、急に怒りがこみ上げてきたら、身体からのサインかも。体調を整える時間を。

居心地のいい家づくり

～書類の整理～

家の中で厄介な書類の整理収納のお話です。

1. DMを捨てる

郵便受けから取り出したDM、封も開けずに玄関収納の上やリビングの机の上にありますか？机に置く前に、必要ないDMは処分しましょう。玄関に専用のダストボックスを設置するのもおすすめです。行きたい展示会の案内や、お得なチケットなどは、その場でバッグやお財布に入れましょう。

2. DMを止める

毎回、見ないで処分するようなDMは、止める手続きをしましょう。DMには止めるための連絡先が明記されています。一度手続きすると、次回からは捨てる手間も省けます。買い物の際にも、簡単にDM送付を許可しないように、気を付けましょう。まずは、 unnecessaryなものは家に入れないことがコツです。

3. 取扱説明書の整理収納

家の中の取扱説明書をすべて取りだしてみましょ。取り出して確認してみると、もう無い家電製品の取扱説明書もありますか？家電を買い換えたら取扱説明書も入れ替える仕組みを作るのがおすすめです。収納にはドキュメントファイルがおすすめです。最近は専用のファイルなんかもあります。テレビ・電子レンジなど、名前を付けて収納場所を決めましょ。買った時には、新旧の入替をすると、古いものは処分出来ます。最近は各メーカーのホームページ上に取扱説明書が掲載されています。ほとんど見ないものは、処分して、必要な時にインターネットで確認するのをおすすめです。





雨水 (2016年は2月19日)

うすい

雨水は、立春から数えて15日目頃。「空から降るものが雪から雨に変わり、氷が溶けて水になる」という意味です。

草木が芽生える頃で、昔から農耕の準備を始める目安とされてきました。春一番が吹くのもこの頃です。

しかし、本格的な春の訪れにはまだ遠く、大雪が降ったりもします。三寒四温(さんかんしおん)を繰り返しながら、春に向かっていきます。地方によっては、この日に雛人形を飾ると良縁に恵まれるといわれています。

猫の日(2月22日)

猫の日は、日本の愛猫家の学者・文化人が構成する猫の日実行委員会が社団法人ペットフード協会と協力し「猫と一緒に暮らせる 幸せに感謝し、猫とともに喜びをかみしめる記念日を」という趣旨で1987年に制定されました。

猫の鳴き声「にゃん」を「2」に例え「2・2・2」のごろ合わせにちなんだもので、全国の

愛猫家からの公募により、2月22日が猫の日に決定されました



100円SHOP

おもてなし 100

レガリアトレイでおもてなし

ダマスク柄のレリーフがとってもオシャレなレガリアトレイ。サイズによって使い方もいろいろです。

- 16.8(W)×8.3(D)×4.6(H)cmのトレイは
・ちょうど焼き菓子が入るサイズです。可愛い紙ナプキンを敷いて、焼き菓子を入れておもてなししましょう。
- ・スティックシュガーやフレッシュなどを入れて、食卓に置いて可愛いですね。
- ・可愛いおしぼりなら全員分をたたんで、ハンカチのように入れても素敵です。

- 25.4(W)×8.3(D)×4.6(H)cmのトレイは
少し長いので、お皿代わりに使ってみましょう。

- ・紙ナプキンを敷いて、からあげやサンドイッチを入れてみましょう。ピクニックに出かけた気分でウキウキしますよ。

おしゃれトレイ



社長のひとりごと・・・

今年の正月は先月号でお知らせした通り埼玉の娘夫婦のところで迎えました。

田舎に染まりきっているためか、3日間でしたが、なかなか落ち着かない日々でした。婿がソバ打ちをしたいということで、桶、伸ばし棒、そば切り包丁、そば粉を年末に送って31日はソバ打ちをしました。結局3日いたのですが、近くの堤防に初日の出を見に行ったらびっくりでどこにも出かけず。正月元旦はじっとしているのが我が家の伝統?であることを、知っていたのでしょうかね。

2日のお昼過ぎの飛行機で帰ってきたのですが、富士山がきれいに見えて感動。例年に比べて雪が少ないとの事でした。きれいだったので、ブログにもアップしてあるので興味のあるかたブログもご覧ください。会社のホームページ(<http://www.sys-ken.jp>)の社長ブログです。

あっそうそう、今年の目標は、パソコンをある程度ばんばん?使いこなせるようになりたいと思います。



発行元	会社名	株式会社システム建築鹿児島
		伊佐市大口下殿666
	電話	0995-23-0777
	Fax	0995-23-0538
	社長携帯	090-3325-4482
	HP	http://www.sys-ken.jp