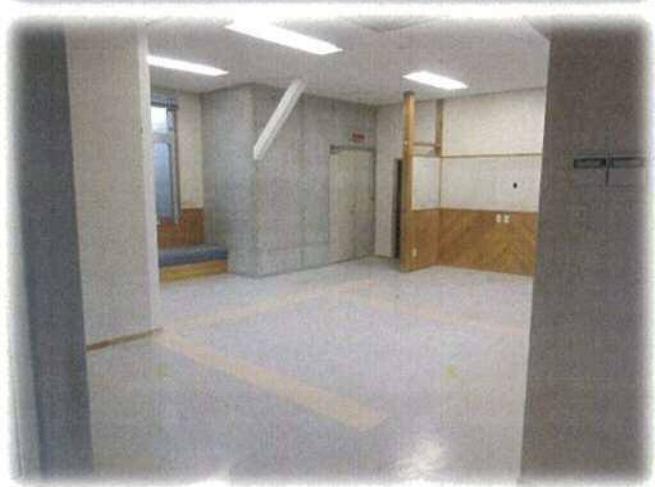
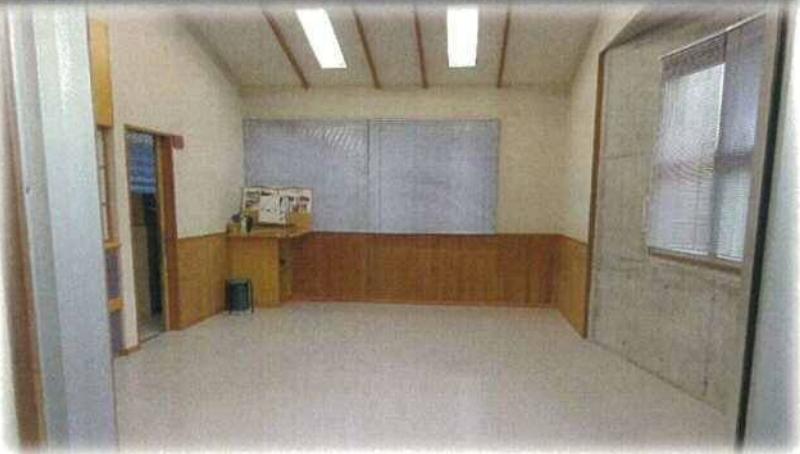
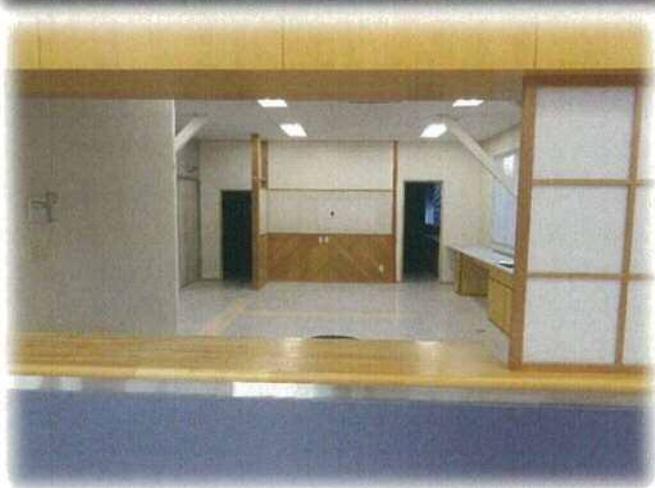


aシステム通信

アルファ



2019.5 Vol.187



伊佐市大口堂崎 新事務所（旧坂元医院）

2か月前に重大な決断をするとブログに書いた新事務所。オーナーさんから破格の提示があり移転することになりました。

大きなりフォームは出来ませんがとりあえず事務所らしく間仕切りの撤去をしたり床の補修をしたりと先月後半は、ばたばたでした。

年号も平成から令和に代わり、まさに節目の船出です。



バラの香りに誘われて



花々が咲き誇る華やかな5月。カーネーションや菖蒲、芍薬。中でも花の女王といえばバラです。

たくさんの映画や物語に印象的に登場するバラ。美女と野獣では、主人公ベルと野獣の出会いのきっかけや運命の行方を見届けるキーとして。星の王子様では、王子様のふるさとの星に咲き彼を悩ませるヒロインとして。バラは美しく気高い特別な存在とされていることが多いですね。

普段の生活の中でもバラは別格の花。プロポーズでバラの花束をもらうシーンは、やっぱり女性の憧れですし、記念日などにバラの花束をもらうと、それだけで幸せな気持ちになります。

最近結婚式などで使われているのが「ダーズンローズ」。12本のバラという意味で、ヨーロッパで古くから伝わる風習を元にした演出です。新郎が12本のバラの花束を新婦に渡してプロポーズし、新婦はOKの合図としてその中の1本を新郎の胸元に挿します。12本のバラにはそれぞれ感謝、誠実、愛情などの意味があり、新婦はその中から結婚生活で一番大切にしたい意味の1本を選びます。特定のゲストや各テーブルからバラを1本ずつ集めて花束を作るなど、ゲスト参加型の演出としても人気なようです。

バラは古くから女性に愛されてきました。クレオパトラが寝室にバラを敷き詰めていた話は有名ですね。バラには女性ホルモンのバランスを整えたりお肌の調子を整えるといった女性に嬉しい効果がたくさん。花びらや花から採れるオイルだけでなく、香りにも効果があるのです。

バラの香りは、甘くゴージャスな「ダマスク系」と、上品で紅茶の香りに似た「ティー系」に分けられます。元々ヨーロッパなどで栽培されていたダマスク系のバラに、中国から伝えられたティー系のバラが交配され、私たちがよく目にする「モダンローズ」が生まれました。モダンローズのバラには、ダマスク系とティー系の香りが色々なバランスでミックスされています。

最近の研究で、ティー系の香りには高いリラックス効果があることがわかりました。リラックス効果というと、ラベンダー・ベルガモットなどの精油がよく知られていますが、それより高いリラックス効果があるのです。さらに安眠効果や美肌効果まであるとか。私たちがバラに魅かれるのは、その美しい姿だけでなく香りにも秘密があったんですね。

素敵なお香りに誘われて、お部屋にバラを飾りませんか。いつのまにか心もお肌も綺麗になっているかもしれませんよ。



5日 日 月 火 水 木 金 土

さつき

(日)

月 火 水 木 金 土

(月)

(火)

(水)

(木)

(金)

(土)

即位の日 国民の休日 宪法記念日 みどりの日



5
こどもの日

6
振替休日・立夏

7

8

9

10

11

さつき

(火)

(水)

(木)

(金)

(土)

(日)

(月)

(火)

(水)

(木)

(金)

(土)

(日)

12
母の日

13

14

15

16

17

18

さつき

(月)

(火)

(水)

(木)

(金)

(土)

(日)

(月)

(火)

(水)

(木)

(金)

(土)

(日)

19
みどりの日

20

21
小満

22

23

24

25

さつき

(火)

(水)

(木)

(金)

(土)

(日)

(月)

(火)

(水)

(木)

(金)

(土)

(日)

(月)



忘れないで！目のUVケア

そろそろ夏に向けて紫外線量も多くなる季節。女性ならば、日傘をさしたり日焼け止めを塗るなど、UVケアもバッチリにしたいですよね。そこで質問です。みなさんは「目」のUVケアも万全でしょうか？

【目はいつも紫外線にさらされている！】

お肌は紫外線にさらされると、体内でメラニン色素が形成されます。メラニン色素は、ご存知のとおり日焼けやシミ、そばかすの原因となることも……。それを防ぐために、「UVケアは怠らない！」という方も多いと思います。

しかし、「目」は常に裸の状態。目から紫外線の影響をダイレクトに受けてしまうと、日焼けと同じようにメラニン色素が形成されてしまいます。

紫外線量が増えるこれからの季節は、顔や体だけでなく目のUVケアも万全にしておきたいですね。

目のケアも大切！



【サングラスの選び方は？】

目のUVケアとして、もっとも手軽で効果的なのは「サングラス」です。目は日焼け止めを塗ることができないので、サングラスでしっかりUVケアをしましょう。

●UVカット機能のあるものを選ぶ

サングラスを購入する際は、UVカット加工されているものを選びましょう。「UVカット99%」などと記載されているものは、ほとんどの紫外線をカットしてくれるのです。

●色の濃いレンズはNG！

「レンズは濃い色の方が効果がありそう」と思いがちですが、それは大きな間違い。濃い色のレンズだと瞳孔が開いてしまい、より多くの紫外線を取り込んでしまいます。UVケアが目的ならば、クリアなど薄い色のレンズを選びましょう。

ちょこっとテーブルコーディネート

* * お料理と器の関係 * *

どんなに素敵な器でも、お料理が映えなければ美味しさも半減ですね。どんな器がいいのでしょうか？

●黒いお皿が便利

白いお皿は定番中の定番ですが、もう一種類揃えるとしたら、黒いお皿も便利です。ちょっと粋な感じでオシャレ感満載です。鮭のムニエルや、ハンバーグ、中華炒めなど、何にでも合います。ハンバーグなど食材が濃いめの色の場合はレタスを一枚敷くと美味しいように見えます。

●味のある焼き物

和風の料理にはやはり焼き物の器が似合いますね。茨城県の笠間焼や愛媛県の砥部焼は、普段使いができ味わい深い器でおすすめです。岡山県の備前焼も、どんなお料理も映えて高級感もあるので人気です。

●ガラスと組み合わせて

焼き物や黒いお皿ばかりでは、食卓が暗くなってしまいます。ガラスの小鉢などを組み合わせましょう。

映える食器

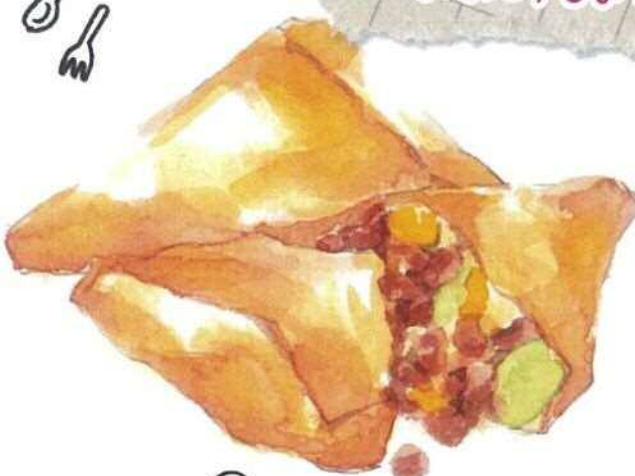


みんな!
ごはんにするよ★

107107サモサ

材料【4人分】

・じゃがいも	2コ	・にんにく	1片
・春巻きの皮	8枚	・塩こしょう	少々
・あいびき肉	200g	⑧(・カレーパウダー	小2
Ⓐ(・枝豆 (茹で済みの豆のみ)	30g	・オリーブオイル	小1
・ホールコーン	30g	・揚げ油	適量



①

じゃがいもは洗って皮ごとラップをしたら600Wの電子レンジで約2分ほどチン。柔らかくなったら熱いうちに皮をむいてフォークでつぶす。



②

フライパンにオリーブオイルとみじん切りにしたにんにくを中火にかけ、香りが出たらⒶを加え炒め、⑧で味を整える。



③

①と②の粗熱が取れたら混ぜ合わせる。春巻きの皮を長方形にカットしたら端に具材を乗せ三角に折っていく。油で揚げてできあがり。



しあわせMy Life!

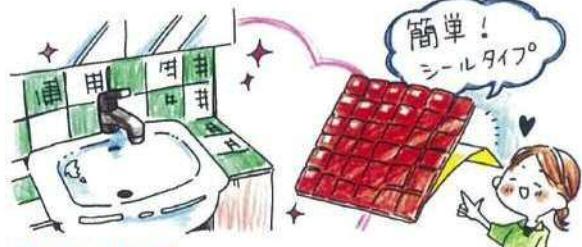
目地入れ・接着剤は必要なし! イメージエンジしたい壁に、シールを剥がしてペタリと貼るだけ。本物の陶器のモザイクタイルで気軽に簡単リフォームをしてみませんか?

汚れが付きやすい洗面所やトイレの水回り、キッチンのレンジ回り。油汚れや経年劣化による汚れが気になる壁のリフォームを考えているものの、難しい施工は手間だし業者に頼むと高額な費用がかかることも。

◆目地材・接着剤不要のタイルシート

友安製作所のモザイクタイルシート『Decore』は、テープを使用したシールタイプのタイルシートです。よくあるビニールタイルではなく本物の陶器タイルなのでその光沢や質感はとても美しく、決して安物っぽく見えません。しかも素材はすべて日本製にこだわっていますので、とても安全なタイルといえるでしょう。

~Decore デコレ~



◆施工は簡単

目地にあらかじめ整然とタイルがセットされているので、裏のシートを剥がしてペタリと貼り付けるだけで完了です。専用の接着剤や目地は必要なく、また目地部分は簡単にカットすることができるので、女性やお子様でも楽に作業することができます。仕上げに格子型の目地シートを使うことにより、白くフラットな、より本物に近いタイル張りを実現可能に。

色も形も豊富で軽量なDecore。サンプルの取り寄せも出来るので、まずは実物を確認する所から始めてみませんか?



誕生日の占い



**1月
生まれ** 「親しき中にも礼儀あり」が鍵。余計な一言や誤解を生む発言をして人間関係を乱す可能性も…慎重に。

**2月
生まれ** 好奇心にそってチャレンジして。悩んだ時は心がときめいたり今しかできない方を選びましょう。

**3月
生まれ** 脳に落ちない事からは距離を置いて吉。ブロックしないと巻き込まれたり人の良さに付け込まれるかも。

**4月
生まれ** ゴリ押ししたり焦りは禁物。状況を見定める事が成功の秘訣。タイミングを計り、行動を起こしましょう。

**5月
生まれ** エネルギーに満ちている時。運気に勢いもあり物事が進展しますが、調子に乗り過ぎない事が大事。

**6月
生まれ** 趣味で楽しむ程度からエキサイトし真剣にやってみたくなるかも…。費用をかけ過ぎず無理のない範囲でGO。

**7月
生まれ** ずっと探していたものが見つかる時。ピンと来たら行動を起こして吉。自分磨きに使うお金は自己投資。

**8月
生まれ** 携帯電話や財布など必需品の忘れものやアクシデントに見舞われやすい時。普段以上に気をつけて。

**9月
生まれ** 心に潤いと余裕あり。今まで敬遠していた事にもトライして吉。物の見方も変わって楽しめそう。

**10月
生まれ** 知力、体力ともに充実する時。素晴らしい活躍が期待できる模様。休日にはハイキングレジャーがおすすめ。

**11月
生まれ** 行く先々で出会いの予感。興味があれば余計な事は考えず笑顔でフランクに話しかけてみましょう。

**12月
生まれ** 気分転換がポイント。遠出がGood。日常生活から抜け出して観光地や温泉街でのんびり過ごして吉。

居心地のいい家づくり

1. バッグを見直す

バッグはついつい増えやすいアイテムです。新しいバッグを買うとそちらを優先して使いたくなりますが、古いバッグも高かったからなどといって、使わないので保管しておきたくなります。また、どこかでもらってきたエコバッグなども溜まりやすいアイテムです。まずは使っていないバッグを見直してみましょう。昔買った高価なバッグも、ライフスタイルなどによって使わなくなっていたらリサイクルを利用していいですね。

2. 数を決める

バッグは用途によってサイズや形が違います。それぞれの用途に必要な数を決めましょう。お出かけ用・アウトドア用・旅行用・エコバッグ、何個くらいあればいいですか？必要な数を決めて、それを守るようにしましょう。数を守るために一つ買ったら一つ手放しましょう。

3. グループにまとめる

それぞれのバッグを種類ごとにグループにまとめてみましょう。グループにまとめておくと、旅行に行くときの準備などもすぐに出来ますし、同じ種類のバッグが多いなど気づく事も出来ます。また、よく使うバッグは立てて収納するのがおすすめです。ブックエンドやファイルケースを利用して、それぞれのバッグの収納場所を決めて収納しましょう。

～バックの収納～

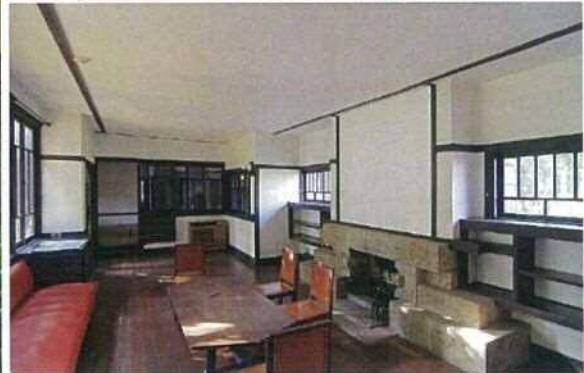
バッグを見直そう！



日本のすばらしい建築物

神奈川県藤沢市

横浜の実業家 近藤賢二邸



大正14年(1925)建築された別荘で、昭和56年(1981)に現在の場所に移築されました。

建物の構造は、木造平屋建ての一部2階建て。南北に長い棟と東西に長い棟の2棟をT字型につなぎます。

内部は玄関を入ると、現在でも使用できる大谷石の暖炉のある大居間兼食堂や、市松模様や連子窓といった日本の伝統的なデザインを取り入れた和室があり、当時の和様折衷の代表的な建物といえます。

社長のひとりごと・・・

令和元年五月一日。
この記念すべき日が何と
私の六十六回目の誕生日です。
こんな偶然というか半
分奇跡みたいなことあって
いいのでしょうか。

また事務所も国道沿いに
移転することになり先月中
から引っ越しの準備でバ
タバタしていました。旧坂
元夕医院跡です。

これからは、
いつでもお気軽に
遊びに来てください。

百両の
石間にもまけぬ
つじ哉(かな)

小林一茶

