



お久しぶりです!

「春の感謝祭 in TOTO大阪ショールーム」のご案内です!

年明けからこちら、各地では大雪に見舞われるなど寒い日が続いていましたが、ようやく暖かくなる兆しが見えてきた近頃、みなさまいかがお過ごしでしょうか? 昔から、「行く、逃げる、去る」といわれる通り、あつという間に1月、2月は過ぎ去って3月となりましたね。

最近の植木工務店では、毎月のチラシを入れさせていただくようになったこともあり、新しいお客様に知っていただく機会が随分と増えてまいりました。

ということで、本日はみなさまへイベントのご案内です。

3月12日(土)・13日(日)とTOTOの大阪ショールームにてイベントを実施いたします。

コロナ対策として、イベントやご相談は基本、全てご予約制となっております。ご興味のある方は弊社までお問合せくださいませ。是非是非お待ちしております♪



少しの工夫で
おうちが快適!

住まいのスッキリ!! “収納”術

トイレ収納を見直して掃除をラクに!

収納についてよく耳にするのが、トイレの収納スペースが足りないというお悩みです。トイレトーパーや生理用品、掃除グッズなど、意外とトイレで使用する物はいろいろあり、スペースが必要です。置き場が足りずに床置きにしていると、掃除の邪魔になってしまうというお宅も多いのではないのでしょうか。今回はトイレの収納のアイデアをご紹介します。

●手軽に収納スペースを増やすのであれば、突っ張りタイプの棚が便利です。クギなどは不要で、壁と壁の間に突っ張らせるだけで設置することができます。トイレトーパーの予備や生理用品、掃除グッズなど、あまり目につかないようにしたいときは、おしゃれなカゴなどに入れて置くとよいでしょう。突っ張り棒を併用して、カーテンで目隠しする方法も。サイズや耐荷重など突っ張り棚にはさまざまなタイプがありますので、用途に合わせて選びましょう。

●掃除用のブラシやトイレポットなどは、床置きする場合がございますのではないかと思います。床置きするときに便利なのが、キャスター付きのトレイ。ひとまとめにして乗せておくと、簡単に動かすことができるので掃除のストレスになりません。

●トイレの取り替えを検討されているのであれば、トイレ空間全体をリフォームして、収納棚も設けるのがオス

スメです。オリジナルで造作してもらう方法もありますし、便器と収納が一体化していたり、手洗器に収納がついたキャビネットなど、収納も考えられた設備機器もさまざまなバリエーションが揃っています。

清潔に、見た目もきれいに保ちたい場所だからこそ、掃除の手間も減らすことができるように、トイレの収納を見直してみましょう。



突っ張り棚を活用すると
手軽で便利

床置きするものは
キャスター付きの
トレイにまとめて

イラスト: 福井典子

今日の晩ごはん

揚げじゃこの 塩昆布パスタ



材料 4人分

- スパゲッティー.....320g
- 塩.....適量
- にんにく.....1かけ
- しめじ.....1パック
- 水菜.....50g
- ツナ.....1缶
- 梅干し.....1個
- 塩昆布.....20g
- オリーブ油.....大さじ3
- じゃこ.....50g
- サラダ油.....適量
- 大葉(せん切り).....10枚
- 白ごま.....小さじ1

- 1 にんにくはみじん切りに、しめじは小房に分ける。梅干しは種を取ってたたき、水菜は5cmの長さに切っておく。じゃこは油はねに注意しながら素揚げしておく。
- 2 フライパンににんにくとオリーブ油を入れて熱し、香りが出たらしめじ、ツナ、梅干しを炒め合わせておく。
- 3 沸騰した湯に塩を入れ、スパゲッティーをゆでる。
- 4 2に3、塩昆布、水菜を加えて炒める。器に盛り付け、大葉、揚げじゃこ、白ごまを振りかけて完成!

●料理作成: チーム服部 ●参考資料: 「服部幸應の健康レシピ」(学研教育出版)

暮らしの知恵袋

新鮮野菜を見極めよう

お店で野菜を選ぶときには、できるだけ新鮮なものを見極めたいですね。野菜ごとにチェックポイントを紹介いたします。

●**トマト**: 皮にハリがあって、きれいな丸い形のものの方が、種のまわりのゼリー質が多くて、味わいがあります。ヘタと反対側の先端の部分に、きれいな星形の模様があると良品です。

●**きゅうり**: 熟したものは黄色っぽいので、濃い緑色で、全体的に鋭いトゲのあるものを選びましょう。塩をまぶして、まな板の上で「いたすり」をすると、トゲがとれて鮮やかな色がよみがえるので、ひと手間を惜しまずに調理を。

●**かぼちゃ**: 実がつかまってずっしり重く、ヘタの部分が乾燥しているものが完熟の証し。ヘタのまわりを押ししたときに硬いものがオススメです。カットしてある場合は表面が乾いていないか、種の部分が柔らかくなりすぎているかチェック。



INFORMATION

TOTOシステムキッチン ザ・クラッソ

2022年2月発売

新商品

ココがすごい!
タッチレスでスムーズに吐止水
水栓側面のセンサーに手をかざすだけで、スムーズに吐止水。洗いの途中でも汚れを気にせず、好きなとき出し止めできます。



施工取付のご用命は当社まで!!

ココがすごい!

タッチレスで
お手軽きれい

「きれい除菌水」専用の水栓に手をかざすと、除菌効果のある水がミスト状で噴霧されます。



網かこの
気になる
ヌメリ防止に!



まな板・包丁を
いつでも
清潔に!



ふきんの
黄ばみやにおい
を抑える!

リフォーム施工事例

尼崎市 M様邸 / マンション 工事金額：約 ¥315万

【工事箇所】リビング、和洋室、浴室、トイレ 他

【工事内容】システムバス・トイレ入替/壁紙・襖・畳・フローリングなど内装工事全般

こちらのお客様は今回、中古マンション購入に伴い、畳やクロス・フローリングの貼替、システムバスやトイレの交換など室内全体のリフォームをご希望でした。ご自宅に帰ってリラックスできるように、一目惚れされたTOTOの最上位グレードのユニットバス「シラ」を選ばれました。今では、毎日ご自宅に帰って極上の癒しの時間をお過ごしようです♪他には木製カウンターの「再生塗装」を行うなど、新居のフルリニューアルに携わらせていただきました。M様の新居での新生活が一層豊かなものとなりますよう私たちも心から応援しております。!(^^)!



TOTO最高級お風呂「シラ」の肩楽湯は極上モノです。

TOTO シラ Dタイプ



Before



お掃除しやすい
トイレは、安定のTOTOです

TOTO ピュアレストEX



Before



After

まっ白な美しい廊下へ生まれ変わりました！

美容のプロが“健康的に美しくなる”ための秘訣を伝授！
理想の“美ボディ”を手に入れよう！
●ビューティ・ライフ

Beauty Life

ウォーキングの注意点

春の気候はウォーキングに最適ですが、実は紫外線の強い時期でもあります。しっかり日焼け止めを塗りましょう。意外に汗もかくので注意。時間をおけば自然にひきますが、汗の成分は残るのでタオルや汗拭きシートでケアを。ウォーキングの効果を高める3つのポイントを紹介します。

- [1] お腹を引き上げる**：お腹の力が抜けた姿勢はNG。おへそを中に入れて少引上げ、肩の力を抜いて歩きましょう。
- [2] 歩幅は大きく**：小さい歩幅ではあまり体が使われないので、できるだけ大きな歩幅で、後ろ足の蹴り出しを意識して歩きます。
- [3] 腕をしっかり振る**：前に振ると体が倒れていくので、後ろに大きく振ると、きれいな姿勢を保つことができます。正しくウォーキングを行って、しっかり効果を高めましょう！

長瀬サエコ ビューティデザイナー・スロウォーキングディレクター、ビューティデザイナーとして美容法・エクササイズ・ライフスタイル・メンタルなどトータルにアドバイス。ほかにもアーティスト活動やエッセイ、コラムの執筆など多方面で活躍中。著書に「ナガセサエコ 肩甲骨スクワット」で【即効】美やせ！(扶桑社)などがある。

YOUTUBEで動画配信！ | ナガセサエコ channel
https://youtube.com/channel/UCXssRnebMeqekTtygEXM-IA

住まいを快適に導く 12星座別 インテリア占い

2022年3月～5月の運勢

占星術研究家・早矢が占う、素敵に暮らすためのちょっとしたヒント。

早矢 (はや) 占い師/国家資格キャリアコンサルタント。占いカウンセリングサロン「インスパイア吉祥寺」主宰。著書に「パワーストーン事典」マイナビ刊がある。のべ鑑定人数は2万人以上。近年ではYouTube「早矢の占いチャンネル」が好評。産経学園講師。優しくとことんサポートがモットー。悩んだら「早矢 占い」で検索を！



<p>牡羊座 3/21～4/19 3～4月中旬までは、なかなかできない場所の整理をしてみるのがオススメ。ネットで検索して収納術などの情報を得て、より使いやすく工夫してみましょう。5月は社交運が高まる時期。気になる相手に軽く近況報告をしてみると思いがけず楽しめそう。カラフルな季節の花を生活に取り入れると、モチベーションアップにつながります。</p> <p>Lucky item > レースのランチョンマット</p>	<p>牡牛座 4/20～5/20 3月は、普段は行かないようなお店に出かけてみると、刺激と発見が得られそう。4～5月は生活の「心地よさ」を追求してみよう。いろいろ改善につながり、行動の弾みになります。この時期は、良い情報にも恵まれます。少し高級と感じるようなお取り寄せグルメを思い切って購入してみると、家族団らんの楽しい思い出が作れそう。</p> <p>Lucky item > ゴールドのネックレス</p>	<p>双子座 5/21～6/21 3～4月中旬は、フットワーク軽く快活に動けそうです。「思い立ったら吉日」を合言葉に、楽しそうなことにチャレンジを。流行しているものについて調べると良い情報が得られるかも。年下の人にインスパイアされることもありそう。家族とちょっとしたDIYをしてみると、絆が深まり、愛着の湧く素敵な空間が生まれます。</p> <p>Lucky item > フルーツ紅茶</p>	<p>蟹座 6/22～7/22 3月は、思考が明晰になるとき。今までの振り返る時間を作り、「やることリスト」を作成してみると4月以降がスムーズに。4月はコミュカがアップします。4～5月にかけては、何事もやる気が出てくるので、計画したことを実行してみよう。月に1度は新しいレシピを試してみると、新たなアイデアが生まれたり、家族仲も深まります。</p> <p>Lucky item > 赤色の物</p>
<p>獅子座 7/23～8/22 3月は少しイライラしがち。散歩をするなどストレス発散に努めよう。4月は思考がクリアになります。しっかり自分の理想を追求し、イメージしましょう。5月からは徐々にエンジンがかかってきます。具体的なアクションを起こしていきましょう。鏡を磨くと、モヤモヤした気持ちがすっきりしてビジョンが見えてきます。</p> <p>Lucky item > 旬の野菜</p>	<p>乙女座 8/23～9/22 3月は、のんびり散策したり、少しでもゆとりのあるスケジュールで過ごすように心がけて。ストレスが軽減して全体の作業効率がアップしそう。4月は、いろいろな方面に好奇心が広がるとき。ネットや書籍で気になることを調べてみると思いがけない縁に巡り合えそう。たまにしか開けない引き出しを整理すると福を呼びます。</p> <p>Lucky item > 海外のお菓子</p>	<p>天秤座 9/23～10/23 3～4月は、行動力と好奇心がアップ。ちょっと変わった個性的な趣味を始めてみてもよいでしょう。5月は、何かを学んだり、今後について考えたりするとよい時期です。気になることについて書籍を読むと、さまざまなヒントが得られるでしょう。斬新なテイストのインテリアに模様替えすると、新しいご縁につながります。</p> <p>Lucky item > プラチナ</p>	<p>蠍座 10/24～11/22 3月は、少しストレスをため込んでしまいがち。しっかり睡眠をとるように心がけてください。寝具のカバー類などを新しくしたり、寝室の模様替えなどをしてみるとよいでしょう。4月になると、やる気や楽しさが増えます。ここぞという計画を立てて、実行しましょう。5月になると、落ち着いた生活が送れそうです。</p> <p>Lucky item > フルーティな香りの香水</p>
<p>射手座 11/23～12/21 3月は、いつもの生活に1つだけ変化を加えることを意識して過ごしてみましょう。思わぬ効率化につながりそうです。4月は何も予定のない休日を設けて、癒しの時間に。5月は、ワクワクするような計画を立てて。掃除を後回しにしてしまっている場所があれば、そこに手をかけましょう。ほかの行動にも弾みがついてきます。</p> <p>Lucky item > ぬいぐるみ</p>	<p>山羊座 12/22～1/20 3月は、今年に入ってから始めたことをしっかり根付かせるようにしましょう。4～5月は、自分の価値観とあえて違う角度からインスパイアされることがありそう。古くから使っている雑貨や食器などがあれば、ひと手間かけて磨くなど、念入りにお手入れを。あなたにとって必要なご縁のあるものが引き寄せられるでしょう。</p> <p>Lucky item > 発酵食品</p>	<p>水瓶座 1/21～2/18 3月は、ひと目惚れするようなモノに出会える予感。美意識も冴えるので、新しい美容法を試したり、ネットショッピングも楽しめそう。でも勢いのあまり散財しないように注意して。4～5月は、現状維持に努めよう。クッションなどカバーとして使っているものを一新すると、部屋に良い気が巡り、新たな情報が得られるかも。</p> <p>Lucky item > ハチミツ</p>	<p>魚座 2/19～3/20 3月は、好奇心が湧くとき。習い事などを調べて4月から始めると良さそう。ステキな一歩が踏み出せます。4月は社交運が広がります。今まで関わってこなかったジャンルの人たちと交流すると楽しく過ごせそう。4月中旬～5月は、行動力がアップ。フラワーパークなどへ家族で出かけると、楽しく良い思い出ができます。</p> <p>Lucky item > 名作映画</p>

【編集後記】

「若葉便り2022年春号」をご覧いただきまして誠にありがとうございました。コロナの勢いが少し弱まったかと思ったらオミクロン株が猛威を奮い始め、身近なところに感染者がいることが珍しくない状況になってきましたね。本当に健康で過ごしたいものです。健康といえば、近頃では、「健康寿命」という言葉を良く耳にするようになりました。みなさまは健康の為、どんな取り組みをされていますか？筋トレやランニングなどもいいですが、身体に負荷をかけられない方には、軽いストレッチやウォーキングがいいと言われます。そんな中、個人的におすすめなのが散歩です。散歩ならジャージなどに着替えることも不要ですし、毎日20分～40分程度でいいらしいので簡単に始められます。まずはうちの周りから歩き始めてはいかがでしょうか。まだ少し寒いですが、お天気の日にはおひさまに当たりながら、公園や日ごろ住んでいる自分の街を眺めながら歩くことで、普段見過ごしていた新しい発見ができたりもします。今だと、梅が見ごろです。もうすぐ春・・・暖かくなりお散歩日和の季節がやってきます♪是非試してみてくださいね。🍀