

# イネア通信

第9号

2004年5月10日号

奇数月10日発行

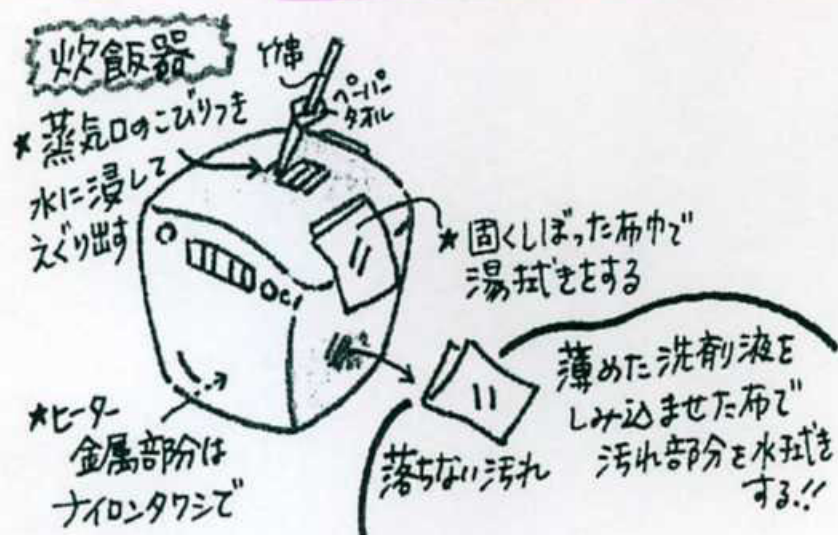


従来この時期は一年間を通して最も嫌いな季節でした。花粉症だったのです。しかし今年は花粉症から卒業でき、一年で最も爽快な季節になり、生まれて初めて外でゆつくりと穏も楽しむ事ができました。理由はヨーグルトパワーにあると思います。1年半位前に「ヨーグルトが花粉症を治す」というテレビを見てから

代表の須藤です

毎日ヨーグルトを約200グラム位づつ食べ続けました。昨年「今年は少し楽だな」との感触から毎日欠かさずヨーグルトを食べた結果、晴れて今年卒業を迎えました。思い起こすと桂台小学校が出来た時、真新しい校舎で2年生の私は、先生が「この時期にくしゃみが出る人は？」といわれて手を上げた記憶があります。それ以来40歳になる今日まで30年以上、花粉症に悩まされてきましたが、ようやく最も爽快な季節を楽しむ事ができることに感謝しています。これから毎年「春」を楽しみたいと思います。みなさんもヨーグルト是非お試し下さい。

## 炊飯器のお手入れ★



## 炊飯器は洗剤や水気が苦手

炊飯器の手入れの基本は、なるべく洗剤や水を使わずに、固くしぼった布巾で湯拭きすることです。本体の表面や蓋は、台所用洗剤を薄めた液をしみ込ませた布で、汚れ部分だけを水拭きし、それから、から拭きします。

ヒーターの金属部分の焦げつきは、ナイロントワシで軽くこすります。蒸気口や内側の排出口は、ペーパータオルを竹串に巻いて水に浸しながら、えぐり出すようにして、のり状についたデンプン質を取りましょう。

### おいしいご飯の炊き方

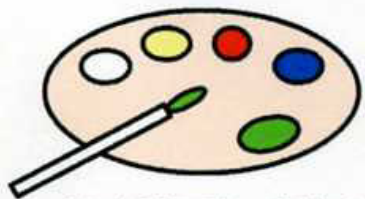
- ◇ お米はカップなどで正確に測る。
- ◇ 一回目の水はすぐに捨てて、白い水がなくなるまで手早く研ぐ。
- ◇ 水加減は正確に。お好みで水の量は加減しても良い。
- ◇ 浸水時間は、夏場30分、春秋40分、冬場1～1時間30分が目安。  
(↑これをしないと、芯が残って美味しく炊けません。)
- ◇ 炊き上がったら、10～15分位蒸らす  
(↑これをしないと、べたついて美味しく食べられません。)
- ◇ 蒸らし終わったら、底のほうから全体にほぐす。



### ワンポイント

炊飯器の内釜を戻すときは、必ず外側の水滴を拭き取ること!!



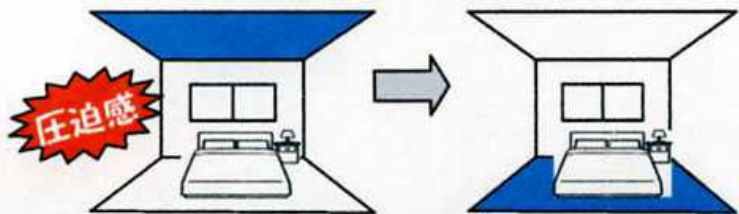


# 色色

## について少し勉強してみましよう その①

赤は暖色系。青は寒色系といわれるのはご存知ですよね。私達の生活は、色から様々な影響を受けます。暖色系の部屋と寒色系とでは、体感温度差は4度も違います。ゆったり過ごしたい部屋は暖色系で、逆に機能性を高めたいオフィスなどは寒色系でまとめると効果的ということになります。今回は色の持つ効果と調和について勉強してみましよう。

### 例えば天井の色を



天井を暗く、重い印象を与えると抑えられるような圧迫感を感じ、不安が募ります。逆に天井を明るくすると、足元が安定し、安心感が増します。

実際のインテリアコーディネートでは、どういう風に色を使うと良いでしょうか？大きなポイントとして下記の3つをあげてみました。

#### 同系色調和

ポイント色と同系色でコーディネート。ソファがイエローであればカーテンもレモンイエローにするなど。クッションにグリーンやオレンジを使うと美しい感じになります。



#### 類似色調和

ポイント色で似ている色でまとめます。類似色とは、こげ茶とオレンジ、ラベンダーとピンクなど、茶系のソファにピーチオレンジなど、優しい感じになります。



#### 補色調和

ポイント色と反対色でまとめます。赤と緑、黄とラベンダー、紺とオレンジなど。かなり高度な組み合わせですが是非挑戦してみてください。補色調和でまとめるには一方をパステル色にすると失敗が少ないでしょう。



## 色彩の効果 喜怒哀楽

### レッド

パワーを生む色です。興奮神経を刺激し、血圧を上げ食欲を増進します。ポイントとして取り入れるのがGOOD

red

### オレンジ

インシュリンの分泌を助ける色。糖尿病の人に効果あり。生活の基本色とも言われ、家庭的な団欒や暖かさのイメージ、飲み、明るさを表現し、精神的苦痛を癒す色です。

orange

### イエロー

自律神経を活性化し、心を陽気にさせ、スランプ解消や上昇志向をもたらす、意欲的になります。

yellow

### グリーン

血流をよくする効果があります。またリラックス効果があるので、高血圧や不眠症におすすめ。寝具に取り入れると日々の疲れも癒されます。

green

### ブルー

興奮を静める効果があります。脈拍や呼吸血圧体温を下げ、心を落ち着かせるので寝室にGOOD。食欲を低下させるので、ダイニングには向いていません。

blue

### パープル

神経系の反射を鋭くし、病気の回復を早めます。癒しの力を持つ色でもあり、落ち込みやすい人には効果的な色です。

purple

## お母さんいつもありがとうございます！

家族のために頑張っているお母さんにご褒美

おすすめ

- エアコンクリーニング(1台) ¥8,400
- 水廻り(キッチン+洗面+トイレ+浴室)クリーニング ¥42,000
- カーペット洗淨(m) ¥788
- フローリング洗淨ワックスかけ(m) ¥683

### ひとりごと 2

最近、弊社への相談・ご依頼にはある一つの傾向が見られるようになりました。工事の大型化・リピートオーダー件数ご紹介物件の増加です。これは、工事の大小にかかわらず一人一人のお客様と真剣に向き合い、技術的なことだけではなく、お客様のライフスタイルに合った提案ができています。かな？と感じています。今後も皆様に出会えたことに感謝し、築いた信頼をさらに強化できるよう努力してまいりますので、今後共宜しくお願いいたします。(専務須藤)



住まいの問題解決隊 株式会社アイデア

〒247-0033 横浜市栄区桂台南1-9-1グランポア2F

営業時間9:00~20:00 電話7リ-ダイヤル 0120-39-3992

※アイデア通信は、今までに工事をした方、資料請求いただいた方、セミナーに参加いただいた方を対象に配布をしています。ご意見・ご要望・ご提案なんでもお待ちしております。(熊澤)