

♪ハートホームカルチャー♪

## 『食育講座』



◎ 9月15日(日) 13:00~15:00

### 「食事を変えると身体が変わります」



雑談を交えながら、楽しく学ぶ♪

食生活を見直すヒントがありますよ。

～お気軽にお越しくださいね～



## 『洋裁教室』



◎9月24日(火)

時間：10時～12時

13時～15時 各2名

費用：3,000円(材料込)

### 「帆布のトートバック」

幅37.5cm×高さ21.5cm×マチ13.5cm

マグネット付き、内ポケットあります。

硬めの布なので、家庭用ミシンでは縫いにくい素材です。



初心者の方でも大丈夫です。お気軽にお越し下さね。

## 旬のレシピ



食物繊維の豊富名食材【里芋】を使った簡単レシピのご紹介♪

…里芋のピリ辛グラタン…

### 【材料(2人前)】

- ・里芋…小2個
- ・しめじ…1/2パック
- ・ピザ用チーズ

### 調味料【A】

- ・めんつゆ…小さじ1強 <3倍濃縮>
- ・マヨネーズ…小さじ2
- ・豆板醤…小さじ1/2

### 【作り方】

- ①里芋は、水で洗いラップをして500Wのレンジで5分ほど加熱する。水につけて少し冷まして皮をむき、約5mmにスライスする。
- ②しめじは小房に分け、ラップに包みレンジで2分ほど加熱する。
- ③里芋としめじを、調味料【A】で加える。
- ④ピザ用チーズをトッピングし、オーブントースターでチーズに焦げ目がつく程度に加熱する。

是非、作ってみてください♪



持続可能な開発目標(SDGs)とは、  
すべての人々にとってよりよい、  
より持続可能な未来を築くための17の目標  
～三浦建設の取り組み～



## 『スギ材の需要』

時期は過ぎましたが、皆さんは春の花粉症の症状は大丈夫でしたでしょうか？年々増える花粉症患者ですが、日本では約4割の人々がスギ花粉の影響を受けています。花粉症は健康だけでなく、労働生産性の低下など経済的な影響も及ぼしていると言われ、深刻な社会問題となっています。昨年、関係閣僚会議において、今後10年を視野に入れた花粉症という社会問題を解決するための道筋が示されました。住宅分野におけるスギ材への転換促進も掲げており、「発生源対策」として真摯に取り組んでいく事が必要となりました。

弊社では、一昨年よりスギの材木の需要を増やす為に、和歌山県龍神村のスギを仕入れ、自社倉庫で1年かけて天然乾燥させています。従来より5年かけて天然乾燥させている柱材の桧に加え、住宅の梁やケタで使用を始めました。龍神村のスギは木目が細かく、美しい赤みが特徴の材木です。その良質な材木を安定してお客様の元にお届けし、かつ、健康と環境の両方にも良い影響を与える事を目指していきたくと考えております。今年もこの夏に伐採したスギの天然乾燥を始めました。1年後、皆様の元にお届けできると思います。



## 安心して暮らせる！ 防犯に強い家の間取りと対策法

ちょっと教えて！  
豆知識

\*間取り別の防犯に強い家の特徴をご紹介します！



### 1: 窓

大きな掃き出し窓は、周囲から見通しが良く、敷地の中を通らないと近づけない場所に設置することが理想です。

### 2: 玄関

玄関は、家族以外の人間も頻繁に訪れる場所です。インターホンは、玄関の扉を開けなくても訪問者の様子がわかるタイプを選びましょう。

### 3: 勝手口

サブの扉として使われる勝手口は、簡易的な鍵であることが多いので、ツーロックにすることをおすすめします。

### 4: ベランダ・バルコニー

壁を設置する場合は、格子状ではなく、高さがあるものを選びましょう。

### 5: 外回り

庭や駐車場などの外回りは、照明を明るくすることで、泥棒の侵入を抑制できます。

どんな家が狙われやすい？防犯に強い家の特徴をより詳しくご紹介しています。弊社HP2024年7月11日をチェックしてみてください。



リフォームにご関心のある方、不動産をお探しの方、建て替えをお考えの方、お気軽に御相談下さい。  
小さな修繕から大改造まで当社のコーディネーターがご提案させていただきます。

URL: <https://www.kk-miura.com>



(株) 三浦建設

〒611-0002 京都府宇治市木幡須留1-189  
TEL: 0774-32-8483 FAX: 0774-32-6730  
URL: <https://www.kk-miura.com>  
Office mail: [office@kk-miura.com](mailto:office@kk-miura.com)