

ケイハートかわら版

~heart to heart~

整理収納
の
コツ

機能もシンプル化しませんか？

電化製品を選ぶ時、本来の用途に加えて様々な機能がついているものが多く、迷いますね。
右の写真は私の最近買ったお気に入りのアイロンです。
あまり頻繁に使う事はなく、スチーム機能も使いこなせなかったので
思い切って本当にアイロン機能のみのタイプにしました。



とてもシンプルでレトロなデザインが気に入っています。何より軽くて使いやすい！
そのため収納するのも簡単で、場所もとりません。

購入するときには、本当に必要な機能のついたシンプルなものを選びたいですね☆

巾木をキレイに ✨ ✨ ✨

皆さん巾木(はばき)をご存知ですか？

床と壁がぶつかる部分に設置されている左の写真のような建築材のことなのですが、よく目にしますね！

掃除機が当たったり、足をぶつけてしまうなどの壁の汚れや破損を防ぐためにつけられています。

そしてこの巾木、とてもホコリがたまる場所なんです。

そんな巾木をぜひキレイにしてあげましょう♪

掃除機をかけるついでにハンディモップでさっとホコリを払うだけでもお部屋全体がすっきりした印象になりますよ。



おそうじコラム♪

3月の野菜 レタス

・キク科アキノノゲシ属

原産地・・・地中海沿岸から西アジア

レタスの和名は『ちしゃ』、品種改良が進んで、現在品種は多様にあります。現代市場には玉レタス、リーフレタス、サラダ菜などがあります。成分の95%が水分である淡色野菜ですが、ビタミンやミネラルなど、体に必要な栄養素をバランス良く含んでいます。栄養成分は、体の老化やガンを防いだり、免疫力を活性化し風邪を予防する働きがあるカロチン、美容効果があるビタミンC、老化を防ぐ効果のあるビタミンE、むくみの改善、高血圧を防ぐカリウム、他に食物繊維、鉄分、葉緑素などです。油とともに調理すると、カロチンやビタミンEの吸収が良くなります。チャーハンで軽く炒めたり、しゃぶしゃぶにして食べてもシャキシャキ感が残るのでおすすめです☆



～今月の一品～

『レタスと卵のふわシャキスープ』

水を沸騰させて鶏がらスープで味付けをします。軽くといった卵と 食べやすい大きさにちぎったレタスを入れます。最後に塩コショウで 味を調えたら完成です！！

レタスの保存方法の豆知識です♪レタスの芯に爪楊枝を2～3本突き刺して、冷蔵庫で保存すると、シャキシャキ感が長く保たれるそうです。私もやってみたら1週間以上シャキシャキしてました◎



物語のある部屋 小説や映画の登場人物の部屋を紹介します

アメリカ TVドラマ 「エレメンタリー」

～ホームズとワトソンの住むN.Y.の家～

現代のニューヨーク、市警のコンサルタントを務めるホームズとワトソンは、人並み外れた観察力と推理で難事件を解決していきます。

二人の部屋の壁には、数百の手錠(外す練習用)や書物が並び、幾つものモニターで様々なジャンルの専門家と情報交換をします。地下のキッチンでは、気分転換にマフィンを焼き、実験のため豚の解体もします。昼夜の区別なく綿密に調査し、警報器の解除やピッキングの練習など、日々鍛錬を惜しみません。

インテリアは全体的に暗く落ち着いた色。古めかしい暖炉の火がゆらめき、不思議と街の喧騒が届かない、英国の雰囲気漂う大人の住まいです。



