

# ケイハートかわら版

~heart to heart~

整理収納  
の  
コツ

## モノの指定席

スーパーで買ったお魚やお肉などは、すぐに冷蔵庫にしまえますよね。でも痛むことのない洗剤やシャンプーなどはついそのまま床においてしまいませんか？

『冷蔵庫』という場所のように、しまう場所を決めてしまえば買って来た洗剤などはそのままそこへしまうだけ♪  
しまう場所の整理をして、ぜひ指定席をつくってあげてください。  
ちなみに在庫の数も1つか2つで十分ですね！



おそうじコラム

お風呂で髪トリートメントをしみ込ませる5分間！  
排水口のお掃除を♪  
はずしてゴミとヌメリをとりましょう！  
5分後には排水口も髪もキレイになって、一石二鳥！

電子レンジのお掃除は使用した後のタイミングでするのがコツ！水蒸気が残っているとクタクタ汚れをふき取ることができます。  
汚れがひどい場合は、クエン酸やお酢、重曹で。油汚れには重曹。酢とクエン酸は消臭効果で、魚の生臭さもすっきり消えます。  
重曹水→水100mlに対し重曹小さじ1  
クエン酸水→水100mlに対しクエン酸小さじ1/2  
酢水→水100mlに対しお酢50ml

## 4月の野菜 アスパラガス

・ユリ科クサスギカズラ属  
・原産地・・・南ヨーロッパから西アジアにかけて  
年間通して輸入物が出回っているが、4～7月の旬の時期は甘味があり、軟らかいの歯ごたえもあります。江戸時代にオランダから長崎に伝わり、観賞用とされていました。明治に入ってから北海道で栽培されるようになりました。種類は一般的に流通しているグリーンアスパラガス、茎も穂先も白いホワイトアスパラガス、グリーンアスパラガスを若いうちに収穫したミニアスパラガスなどがあります。グリーンアスパラガスはB-カロテン、ビタミンB1、B2、葉酸が比較的多く、疲労回復や風邪予防や高血圧予防などに効果があります。  
私は肉巻きにしたりベーコンなどと炒めたりしてよくお弁当に入れてます！！



## ～今月の一品～

### 『アスパラのベーコン巻き』

アスパラは1/3くらいに切り、電子レンジで20秒温めます。温めたアスパラをベーコンで巻き爪楊枝でとめます。フライパンでこんがりするまで焼いて塩コショウをしたら完成です!!我が家ではお弁当によく作ります♪♪♪

味付けには焼肉のたれやおろしのたれを使ったりもします♡ ベーコンの他に豚バラや牛肉と巻いても美味しいです◎



## 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

京極夏彦著「書楼弔堂(しょうとうむらいどう)」

～生涯に一冊の本を手に入れることができる本屋～

入口には墨黒の「弔」の文字。簾をくぐると、中はひとときの闇。上部の明り取りからのわずかな光と和蠟燭に照らされた室内は、古今東西の書物で埋め尽くされ、奥には白い着流しの店主が佇んでいます。

店は「書物の霊廟」、主はその「墓守」と称するこの本屋では、人生に迷える客に生涯に一冊の本を勧めてくれます。それは言葉を解することができない異国の書物のこともあり、または浮世絵や児童書のこともあります。ただあまり頻りに訪れると、「斜め読み飛ばし読みはためになりませぬ、と主人がいつも言いますよ」と京雛のような美しい丁稚にからかわれてしまいます◎;



株式会社ケイハート (本社事務所)  
〒330-0063 さいたま市浦和区高砂2-10-1-403

<http://www.k-heart.co.jp/>

06 0120-6969-17

♥整理収納サービス・コンサルティング  
♥セミナー企画・運営 ♥家事代行  
♥ハウスクリーニング ♥原状回復工事  
♥リフォーム