

# ケイハートかわら版

~heart to heart~

整理収納  
の  
コツ

## 衣替えのコツ

ようやくあたたかくなりましたね♪ そろそろ衣替えの季節となりましたが、大変！面倒！という方も多いのではないのでしょうか。そこで毎回の作業が少しでもスムーズになるように3つのコツをご紹介します！



### ①不要な服をまず処分！

今年の冬1度も着ることのなかった服は処分を検討しましょう！まだ着られるようなら人に譲ったり、リサイクルショップへ！

### ②季節ごとにチームに分けましょう！

季節ごとに分かれていると、その引き出しごと入れ替えるだけで済みます。真夏にしか着ない服、真冬にしか着ない服、春夏用、秋冬用など自分のわかる範囲でおおまかでかまいません。1年中活躍する服もひとつのチームにしておくと便利です。

### ③収納ケースはクリアな引き出しに！

中身が一目で分かるクリアな引き出しタイプがおすすめです。さらにラベルを貼っておけば、家族みんながわかりやすいですね！

おそうじコラム



## フルーツキャップの再利用

りんごや桃などを包んでいる白いアミのようなもの。正式名称は「フルーツキャップ」というそうです。捨ててしまいがちですが、これは発泡ポリエチレンで出来ているため、スポンジと同じように利用できます。例えばカレーの鍋を洗う時など、スポンジが油まみれになりがちですが、このフルーツキャップで洗って、そのままゴミ箱へポイ！ぜひお試しください♪

## 5月の野菜 たまねぎ

・ヒガンバナ科ネギ属

・原産地・・・中央アジア

玉ねぎは貯蓄性が高く1年中出まわっているが、新玉ねぎが収穫されるのは3~5月です。東欧系の辛味品種と、南欧系の甘味品種があり、皮の色や大きさにより黄玉ねぎ、白玉ねぎ、赤玉ねぎ、小玉ねぎなどに分けられます。通常、収穫してから1ヶ月くらい風にあてて乾燥させてから流通させます。新玉ねぎは黄玉ねぎや白玉ねぎを早取りして、すぐに出荷したもので、皮が薄く実の水分が多くやわらかくて、みずみずしく辛味が少ないという特徴があります。生のままスライスして食べると美味しいですね!!血液をさらさらにして脳梗塞や心筋梗塞を予防できます。



### ~今月の一品~

#### 『玉ねぎのまるごとスープ』



玉ねぎの皮をむいて上下を切り落とします。少し深めの鍋で玉ねぎの上下の切り口に焼き色が付くまで焼きます。そこに玉ねぎがかぶるまで水を入れて温めます。コンソメで味付けをして塩と粗引きコショウで味を調えたら完成です！！

玉ねぎの甘みとうまみを味わえる一品です♡とろけるチーズをのせたり、ベーコンや他の野菜を入れてアレンジしても◎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

ジョン・アーヴィング著「未亡人の一年」

～ルーシーの家～

ニューヨーク州の海の近く、絵本作家の父と暮らすルーシーは、10代で逝った兄たちの「写真」を見て回ることを、眠れない夜の習慣としています。

かつて家じゅうに飾ってあった写真は、母が家を出る際に全て持って行ってしまい、今壁にあるのは額をかけていたフックだけ。でもルーシーはどの写真がどこにあったかを覚えています。

がらんとした部屋、庭のプール、スカッシュコート、父のアトリエ、あちこちに過去という亡霊がひそむ家。やがてルーシーも作家となり、自分の家族を持ちます。壁のフックも外されて、この家に新たな住人を迎える時がやって来ます。



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/>

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
- ♥ハウスクリーニング
- ♥家事代行
- ♥原状回復工事
- ♥リフォーム