

# 片付けとお掃除のプロ ケイハートかわら版 ~heart to heart~

## 整理収納のコツ

### 整理のねらいは明確ですか？

お片付けのベストシーズンとなりました。  
気候のいいこの時期に、冬の間たまっていた物を片付けて、  
スッキリと春を迎えたいですね♪

せっかく片付けてもすぐにリバウンドしてしまうという方も  
多いかと思えます。その原因のひとつが**整理のねらい**が曖昧だからです。  
整理のねらいは、整理収納の中で最も大切な心構えです。

どんな部屋にしたいのか、どんな目的のための整理なのか、そのねらいが曖昧なま  
ま片付けを進めると、満足できない結果となってしまいます。

たとえば『インテリアを見せる収納にしたい！』という強い希望があれば、出した  
物はすぐしまうという行動が身に付き、結果的に希望通りの見せる収納が実現する  
でしょう。しかもそれはもう決してリバウンドすることはないのです。

人によって様々な整理のねらいがあり、方法があります。  
部屋の中の物と向き合い、自分の心と向き合って、ぜひ整理のねらいを  
明確にしてください。ケイハートもお手伝いします♪♪

・憧れの北欧インテリア  
にしたい！  
・探し物をしないように  
したい！  
・お気に入りのキレイに  
飾れる部屋にしたい！  
など、ねらいは様々



## 我が家のレシピ

### ～フライパン一つで簡単に！ 酢豚～

**材料（4人分）**  
豚肉カレー用 400g  
★肉の下味：醤油 大さじ1  
卵黄 1個  
片栗粉（肉用） 大さじ2  
にんじん 1/2本  
玉ねぎ 1個  
ピーマン 3個  
パイナップル輪切り 2枚  
油 適宜  
★合わせ調味料  
砂糖、醤油 各大さじ1強  
ケチャップ 大さじ3  
酢、水 各大さじ2  
片栗粉 小さじ1

- ～下準備～  
①一口大に切った豚肉を下味に約1時間つけます。これでお肉が柔らかくなります！  
②合わせ調味料を作ります。  
③にんじん、玉ねぎ、ピーマン、パイナップルを一口大に切ります。

#### \*深めのフライパンを準備しましょう。

- ①フライパンにお湯を沸かし塩と油少々を加え、  
火の通りにくいものから順に入れていきます。  
にんじん約1分（固ゆで）→玉ねぎ30秒→ピーマン1分  
ザルに上げます。  
②下味をつけた豚肉に片栗粉をまぶします。  
水分を拭き取ったフライパンに油を1センチ位入れ、  
豚肉を揚げ焼きし、油を切ります。  
③フライパンに少し油を残しパイナップルを炒め、肉と野菜を入れ、  
合わせ調味料で絡めたら出来上がり！



揚げないので  
さっぱりとヘルシー！



パプリカ、きのこなど加えても  
美味しいですよ！



スタッフ  
イチオシ！

さいたま市岩槻区  
慈恩寺の玄装塔 (じおんじのげんじょうとう)

慈恩寺本堂から徒歩5分ほどの小高い場所に「西遊記」  
の名僧玄奘三蔵法師の霊骨が奉安されています。



法師の遺骨は、日本軍により  
中国南京で発見され、東京芝の  
増上寺に分骨されました。その  
後蔵市へ、そして慈恩寺へと疎  
開しました。

周囲には松や萩、梅などが植  
えられ、しんとした静謐な雰  
囲気です。なんとなく落ち着く  
せいか幾度も足を運んでしま  
います。

5月5日の玄装祭では孫悟空の衣装を  
つけた子供たちの姿がみられます。



喜しの  
まめ知識



定期的に洗わないと、目に見えな  
いホコリやダニ、ハウスダストな  
どがたまってしまいます



春になりました♪  
ずっと飾ってあるぬいぐるみを洗ってあげませんか？

まずは洗濯表示マークをチェックしましょう！

#### ・水洗い「可」の場合

洗濯機で洗えるものは、ネットに入れて手洗いコースで洗  
いましょう。洗剤はおしゃれ着用を使います。  
手洗いの場合はやさしく押し洗いをします。水ですすいだ後  
は、ネットに入れて10秒ほど洗濯機で脱水するか、タオルに  
包んで水分を取ります。形をととのえて日に当てて充分乾燥  
させましょう。

#### ・洗えない場合

掃除機で軽くホコリを吸い取るだけでもすっきりします。