

おためし☆ごはん



- 玉ねぎ.....1個
- ベーコン.....スライス2枚
- 塩・こしょう...適宜

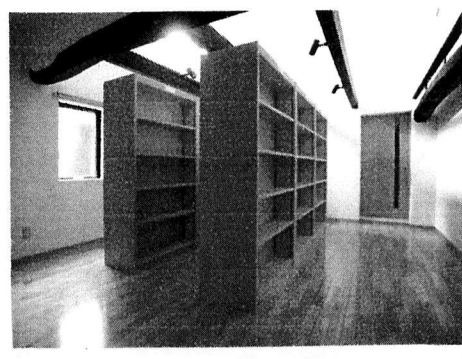
- ★作り方 1人分
玉ねぎは皮をむき、厚さ1.5センチくらいの輪切りにする。ベーコンは幅5センチにする。
 - 耐熱容器に玉ねぎ、ベーコン、玉ねぎ・・・と重ねていく
 - ラップをふんわりかけてレンジで加熱する(500Wで4分が目安)
 - 玉ねぎが柔らかくなったら、取り出して塩・こしょうをふって出来上がり
- ※ レンジの加熱時間は様子を見ながら調節してください。
※ 出来上がったものにチーズをのせて、オーブントースターで焼くとさらにコクがでます。



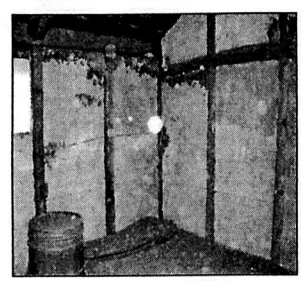
おうち変身 ビフォー&アフター

前回の記事で紹介した「大正時代の建物のリノベーション」です。今回わかりやすい写真を選んで再度掲載させて頂きました。『書庫』に大変身します。

アフター



ビフォー



いとねん



他のおうち変身をご覧になりたい方は

建築用語事典



【用語】太陽光発電システム
「よみがな」たいようこうはつでんしすてむ

【意 味】住宅の屋上などに太陽電池を設置して、太陽の光エネルギーを電気エネルギーに変換する仕組み。クリーンエネルギーシステムとして注目されている。電気を自給し、余った電気を電力会社に売却できるシステムもある。(財)新エネルギー財団が推進する住宅用太陽光発電導入基盤整備事業では、発電システムの運転等のデータを提供する。システム設置費用の助成を行っている

★事務所スペース無料開放★

伊藤燃設では、事務所の開きスペースをご希望の方に無料でお貸ししています。
例えばサークルの活動場所や教室をお探しの方などにご利用いただけます。詳しくは担当 伊藤美香まで。TEL 0594-221-778

◆プリザーブドフラワー教室◆

毎月第3・4火曜日・午前10時～午後2時の2回。3000円。
TEL 0594-32-1658(矢野)

ナチュラルライフ



深い眠りを誘うの

- ・ヴァイオリンソナタ第25番 ト長調 K.301 第2楽章
- ・ピアノ 協奏曲第21番 八長調 K.467 第2楽章

モーツァルトで癒し⑭



※14回にわたり、モーツァルトのご紹介をしてみました。これが最後になりました。

ふむふむ...

最近、自営業仲間の奥さん友達が、外へ働きに出ている子が何人かいる。事情はさまざまだが、やはり不景気の波も大きいと思う。また、夫とほぼ一日中一緒にいるというのも、ユレマタ、毒にとっては辛いもの(夫もか?)。なかなか息が抜けない。お互い煮詰まらないうち、ストレスは小出しにして小ケンカはよしとする。あんまりがんばりすぎないことも大切だと思う。

イラスト担当 chiee コーナー



4月から幼稚園へ通い始めた息子! 毎朝、ドキドキワクワクと帰りを待つ母さんです!!!

