

おいしいお店紹介

手作り安心お弁当!



弁当工房
咲 咲



住所：洲本市下加茂 1-5-8 定休日：日・祝
電話番号：0799-22-0706
営業時間：9:00～14:00
(電話でのご注文は9:30まで)

咲咲(さくさく)さんは下加茂にあるお弁当屋さんです。手作りにこだわったお弁当は、食材や栄養のバランスを考えて作られている豊富なおかずが特徴、それでいてカロリーは控え目という嬉しい魅力も。おすすめメニューの日替弁当(500円)には季節感と流行りを取り入れ、飽きさせない工夫が盛りだくさんです!店舗での購入はもちろん、洲本市内、広田地域、倭文長田はデリバリーサービスも受け付けています。是非、ご利用ください!

咲 咲メニュー

- 日替弁当・・・500円
- 日替弁当Lサイズ・・・600円
- ※メニューは毎週異なります。土曜はおまかせサービスメニューです。
- 唐揚げ弁当・・・550円
- チキンカツ弁当・・・550円
- 自家製カレー・・・550円
- とんかつ弁当・・・600円
- 鮭塩焼き弁当・・・600円

ご飯大盛・・・プラス50円
おかずのみは100円引き

※配達には2個からになります。
※予算に応じた行事・会議の弁当・オードブルも承ります(要予約)。



◀オススメの日替弁当は毎週メニューが異なり、おかずも豊富!値段もワンコインと、財布にもお腹にも嬉しいお弁当です。



ユーカリ特典クーポン

お弁当 **50円**引き

ご注文の際に「ユーカリ通信をみた」とお伝えください。(期限:6月末まで)



今月26日、淡路市の八浄寺で「開運大黒天春季祈願大祭」が行われます。淡路島七福神霊場の総本山であり、大黒天をお祀りしている八浄寺ではこの日、秘仏である大黒天がご開扉されます。何かと鬱々してしまいがちなこの季節、「邪悪な心を打ち振り、人の迷いを晴らす」と言われる小槌を持つ大黒様のご利益にあずかってみるのもいいかもしれません。



ふれあい企画 平成29年 6月17日

ポーセラーツ教室
開催のご案内

世界にひとつだけの
テーブルウェアを
作ってませんか?

淡路島内のポーセラーツサロン「glamorous」様ご協力の元、ポーセラーツ教室を開催します。真っ白な器をあなた好みに彩って、世界にひとつだけのテーブルウェアを作ってみませんか?皆様のご参加をお待ちしております!

講師紹介
堤 由美 (日本ヴォーグ社認定講師)
ポーセラーツサロン glamorous
住所: 南あわじ市市徳長132
メール: alfa.romeo.red.0410@gmail.com

イベント概要

- 日時 平成29年6月17日(土) 13:30～15:30
 - 場所 リファインあわじ緑「ハッピールーム」
 - 参加費 1500円
 - 定員 10名
 - 持ち物 なし
 - 申込締切 6月9日(金)
- ※焼成を行いますので、完成品のお渡しは当日から1週間ほど後になります。



お申し込み・お問い合わせは
井本産業(株)
TEL: 0799-45-1031 まで
※当日作成するものは「マグカップ」もしくは「プレート」です(左写真参照)。お申込みの際に、どれを作成するかお伝えください(値段は同じです)。転写紙は当日10種の中から選びいただけます。

ポーセラーツとは

Porcelarts (ポーセラーツ) は porcelain(磁器)と art (芸術) を組み合わせた造語。真っ白な磁器に、転写紙や絵の具で自由に絵を付け、自分だけの器を作る、それがポーセラーツです。転写紙はシール感覚で切り貼りして絵柄を付けることが出来るので、絵に自信のない方でも安心。お手軽に自分好みの器を作ることが出来るハンドクラフトとして、今人気を集めています。仕上がり後はインテリアや、普段使いの食器として市販品と変わりなくお使いいただけます。



おいしい日本茶を楽しもう!



夏も近づくと八十八夜～♪八十八夜（5月2日頃）は茶摘みの最盛期。多くのお茶が一番茶としてこの時期に摘み取られ、5月末～夏にかけて販売されます。お茶好きの方はもちろん、普段はペットボトルのお茶しか飲まない…という方も、この機会に「旬の味」を味わってみませんか？

そもそも一番茶って？

一般的に、一年を通して茶葉の収穫は4回行われます。一番茶（新茶ともいいます）とは、文字通り「一年の内で一番最初に摘み取られた茶葉」のことを指すのです。



お茶の種類とその特徴

冬の間に養分を蓄えた一番茶には「テアニン」といううま味成分が多く含まれ、さわやかな香りと甘味が特徴です。一番茶以降に収穫される「二番茶」や「三番茶」は、生育期間が短いこともあり風味においては一番茶に劣ってしまうと言われます。つまりこれからの時期は「一年の内でお茶が最も美味しい季節」というわけですね。また、三番茶を摘まずに、再びじっくり育ててから摘み取る茶葉のことを秋冬番茶（しゅんとうばんちゃ）と呼びます。

おいしいお茶の淹れ方

- ①急須に茶葉を入れる**
目安は1人あたり小さじ1杯ですが、気持ち多めに入れると味に深みが出ると言われます。
- ②湯のみにお湯を入れる**
急須にお湯を入れる前に、一度湯のみにお湯を入れます。お茶を淹れるのに最適なお湯の温度は70～80℃、一方ポットのお湯は一般的に約90℃。この工程を踏まえることで「湯のみをあたためつつお湯を適温に調整する」ことができるのです。
- ③お茶の抽出**
②で適温に冷ましたお湯を急須に移したら、40秒待ちます。40秒経ったら、急須を軽く2～3回まわしましょう。
- ④均等に注ぐ**
1杯ずつではなく、湯のみの数だけ少しずつ、最後の一滴まで均等に注いでできあがりです。

IMOTO流 ステキリフォーム

ご紹介コーナー ～トイレ・洗面台編～ 南あわじ市 O様



Before



After



▲ホーロー素材なので傷が付きにくく、お手入れも簡単です。

Before



After



▲「泡で受けとめて、泡で洗う。」ので、汚れが付きにくく、陶器と違って水あかをはじく新素材なのでお手入れも簡単です。

<工事内容>

- トイレ改修
 - ・アラウーノS2 (Panasonic) の取付
 - ・アラウーノ専用手洗い(コーナータイプ)の取付
 - ・内装改修(床)
 - ・棚付2連ペーパーホルダーの取付
- 洗面化粧台取替
 - ・ファミーユ(タカラスタンダード)の取付

工事日数
2日

工事金額
47万円

「購入したお家のトイレと洗面化粧台を取替えたい」とのお客様のご要望による改修でした。

「梅雨だる」になっていませんか？

もうすぐやってくる梅雨の季節。曇りや雨の日が続く梅雨の時期、どんよりとした空を見ていると、なんだか身も心も重くなって…なんて方は少なくないのでは。実はこの症状、「梅雨だる」と呼ばれ、ちゃんと原因のあるものなんです。梅雨時期の体調不良「梅雨だる」、その原因と対策をご紹介します！



◆自律神経の乱れ

自律神経とは、体の機能を24時間体制でコントロールしている神経のことです。この神経は「交感神経（活動モード）」と「副交感神経（休息モード）」の2つから成り立っています。低気圧が続き、気温・湿度がばらつく梅雨の時期には副交感神経が優位に働き、体を休息モードに切り替えてしまうため「だるい」「やる気が出ない」といった症状を引き起こします。

対策

- 規則正しい生活を
朝食はきちんと食べる、十分な睡眠をとるなど、正しい生活リズムを送ることを、この時期は特に意識しましょう。
- 食事にも気を使ってみよう
ネギ、しょうが、にんにくなど…体を温める作用のある食べ物を意識的に取り入れてみましょう。症状を長引かせないためのタンパク質（魚・納豆など）も合わせて取ると◎。

◆「湿気」が引き起こす不調

カビが生えやすくなったり、洗濯物が生乾きになってしまう梅雨の湿気は、人体にも悪影響を及ぼします。頭痛や関節痛、むくみ、食欲不振など…これら湿気によって引き起こされる症状は「湿邪（しつじゃ）」と呼ばれ、体内の水分が普段より排出されにくくなるのが原因です。

対策

- 体にも“除湿”を！
体に溜まりやすくなってしまふ水分を排出するために必要なことは「汗をかくこと」。簡単なストレッチによる適度な運動や、半身浴などで汗を流して余分な水分を外に出しましょう。コーヒーや紅茶で体を温めつつ、利尿作用を促すのも効果的です。

オープン
2周年
記念

おトイレメインの Panasonic リフォーム相談会を開催しました!

4月14～16日、リファインあわじ緑にて「リフォーム相談会」を開催しました！会場にはトイレをメインに、お風呂、キッチン等の商品を展示し、節電、節水の機能性を向上するためのリフォームをご提案をさせていただきました。



当日の目玉商品、トイレの特価販売です!



当日限定! 移動展示車です



お風呂とキッチンをご覧いただきました



ご来場者様には抽選会や、お菓子のすくい取りといったお楽しみも盛りだくさんです

イベント時以外でもリフォーム相談は受け付けております！いつでもお気軽に、リファインあわじ緑にお越しください!

