

涼やかドリンクを楽しみましょう！

味わいもさまざまな涼やかドリンクで、
おうち時間を豊かに過ごしてみませんか？

みなさま、元気で過ごしてしま
うか？

みなさまに暮らしと住まいを快適
にするためのちよつと役立つ情報
をお届けいたします。今回のテーマは
「涼やかドリンクを楽しむ」です。
暑さが厳しいとき、涼やかなドリ
ンクが恋しくなりますね！そこで、
おうちでも楽しめるものをご紹介します。

さっぱり味わえる 手づくりドリンク

●クリームソーダ

喫茶店などでいただけるクリーム
ソーダ。おうちでも超手軽につく
ることができます。用意するものは、
かき氷シロップと炭酸水、氷、トッ
ピングのバナナアイス。

氷を入れたグラスに、かき氷シ
ロップをグラスの1/4くらいまで
入れ、炭酸水を注ぎます。上にバニ
ラアイスを乗せれば完成です。
メジャーなのはメロンソーダです
が、いちご、ブルーハワイなど、お



炭酸水をゆっくり注ぐと、見た目にも映える、二層のクリームソーダに！

好みのかき氷シロップでつくって
みるのも良いですね！また、缶詰のサ
ランボを添えれば、より喫茶店つ
ぽくなりますよ！

●フルーツ酢

つくっておけば、水や炭酸水、牛乳
などで割って、いろいろ楽しめます。
用意するものは、穀物酢、氷砂糖、
キウイフルーツやオレンジなど、お
好みのフルーツ。分量の目安は1対
1対1ですが、お好みで調整してく
ださいね。氷砂糖以外でも、てんさ



フルーツは冷凍のものでもOK！りん
ご酢をベースにすると、より飲みやすく
仕上がります

い糖やさとうきび糖でつくと、すっ
きりとした甘さに仕上がります。
清潔なビンなどに、お好みのフ
ルーツ、氷砂糖を入れ、穀物酢をゆっ
くり注ぎます。フタをして常温で置
き、1日1回、ビンを軽くゆらして
なじませます。飲みごろは、4日〜
1週間ほど。フルーツを取りだして、
冷蔵庫で保存し、1カ月ほどで飲み
切るのが良さそうです。取り出した
フルーツは、ヨーグルトやアイスな
どと一緒にどうぞ。

●ラッシー

ミルクイ味わいの ドリンクたち

カレー屋さんなどでおなじみの
ラッシーもつくれますよ！用意する
ものは、ヨーグルト、牛乳、はちみつ。
ヨーグルトと牛乳は同量が目安です
が、お好みで調整してくださいね。
ヨーグルトと牛乳とはちみつをミキ
サーに入れて混ぜるだけ！お好み
で氷を混ぜてシャリシャリの食感を
楽しんだり、ブルーベリーやマン
ゴーなど、冷凍の果物を加えて混ぜ
てもおいしいですよ！

●ダルゴナコーヒー

タルゴナとも言われる、韓国発の
ドリンク。味わいはコーヒー牛乳の
ようですが、見た目がカフェ風でお
しゃれなので、気分が上がりますよ！
用意するものは、インスタントコー



牛乳を豆乳に変えても美味しいですよ！

ヒー、砂糖、お湯（目安は各同量。
お好みで調整を）、牛乳。
ボウルにインスタントコーヒーと
砂糖、お湯を入れます。ハンドミキ
サーでふんわりするまでかく混ぜ
せ、グラスに注いだ牛乳の上に乗せ
れば完成です。ハンドミキサーがな
い場合は、500mlのペットボトル
に入れ、シェイクすればOK！お子
さんとやってみるのも良いですね。



頭の体操！間違いがしゲーム
上下のイラストで違うところが5箇所あります。
さあ！チャレンジしてみてくださいね！

答えは裏を
見てニヤー



イマドキ・トピックス

今話題のHOTなニュースをご紹介します！



必須脂肪酸をバランス良く摂りましょう

油には、必須脂肪酸があり、サラダ油や大豆油コーン油に豊富なオメガ6系脂肪酸、魚の油やアマニ油、えごま油に豊富なオメガ3系脂肪酸、オリーブ油などに豊富なオメガ9系脂肪酸に分類されます。その中でも特に欠かせないものが、オメガ3とオメガ6で、そのバランスが健康づくりには大切だそう。普段の生活ではついオメガ6を多く摂る傾向にあります。オメガ3は、高血圧予防や、脳の活性化が期待できるので、オメガ6に対して、オメガ3は、2倍の量を摂るのが良いそうです。アマニ油やえごま油はどちらも、1日小さじ1杯程度がおすすめ。熱に弱いので、加熱せずにサラダや納豆、野菜のおひたしなどにかけたり、ドレッシングに混ぜるなどして取り入れると良いようです。光に弱く、酸化しやすいので、冷暗所に保存し、早めに食べましょう。



意味を間違えやすい言葉

私たちがふだん、何気なく使っている、意味を間違えがちな言葉っていろいろあります。たとえば「一姫二太郎」。女の子が1人、男の子が2人と、単に数のことを言っている印象ですが、最初に女の子、次に男の子が生まれると、育てやすいという意味だそうです。また、文章のさわりなどと言う、この「さわり」。一見、最初の一部分、と思いがちですが、実は、肝心なところという意味。「浮足立つ」という言葉も、ワクワクして浮足立つよね～！と使いたいところですが、実は、不安で落ち着きを失っていることだそうです。まったく逆の意味であることに驚きますね。「たそがれる」という言葉は、物思いにふける意味かと思いきや、日が暮れる、人生の盛りを過ぎることだそうです。「なし崩しにする」は、なんとなくやむやみする、と思いがちですが、物事を少しずつ片づけること。いかがですか？正しい意味を知ると、日常の会話もより楽しいものになりますね。



スカーフ使いが再燃！

さまざまなファッションが楽しめるなか、少し前から注目されているのが、スカーフ。90年代にスカーフを楽しむファッションが流行りましたが、今ふたたび、取り入れられています。柄も派手めのもが多く見られ、懐かしく感じる人も多いのではないのでしょうか？使い方としては、バッグの取っ手に結んだり、腕に巻いてアクセントにするのはもちろん、ヘアバンドのように頭に巻くのもおすすめ。結んだ髪の毛の上から巻いてみたり、お団子ヘアのお団子部分に巻いてみてもかわいいですよ。また、首で結び、シンプルなTシャツやワンピースなどと合わせるのも今年流です。ほかに、スカートやパンツにベルト代わりに巻くのもおすすめ！アクセサリー感覚で楽しんでみてください！



好評につき 第2回 木工工作の体験会を開催します！！

10名限定 無料

日時 7月25日(土) 9:00～12:00

場所 竹内木材工業(株) リフォーム館

大きいサイズ
もあります！

木造住宅部材を使用しています

数量限定に付き、TELにてご予約ください。



便利・安全・安心！最新リフォーム商品情報

洗練されたデザインで機能性もバツグンの最新のリフォーム商品をいち早くご案内いたします。

システムバスルーム スパーージュ



【ご注意事項】

- ・取付費用は別途お客さまのご負担となります。
 - ・地域によりショールーム再開時期が異なりますので、期間中においても展示商品の確認ができない場合があります。
 - ・当社が提供する他キャンペーンとの併用は対応できない場合があります。
- 【お得意先(元調)様、パートナー様】
- ・当社受注期間:2020年7月1日(水)～11月30日(月)、
 - ・社出荷期間:～2021年3月31日(水)までが対象となります。

LIXILのSPAGE〈スパーージュ〉は、『湯を、愉しむ。時を、味わう。』をコンセプトに作られた、人生を豊かに潤すシステムバスルームです。

SPAGEの肩湯で、全身浴。全身浴で身体をあたためると血流が促進され、入浴効果が高まります。疲れを癒すSPAGEでリフレッシュしましょう。

《商品紹介》



※通信料はお客さまのご負担となります。

LIXIL

スパーージュ生活応援キャンペーン 実施中！

期間中にご成約いただいた方【全員】に以下のいずれかの人気アイテムをプレゼント！
【対象期間:2020年7月1日(水)～10月30日(金)】



おうち時間を、もっと家事ラクに
換気乾燥暖房機

夜のお洗濯や、雨・花粉の季節でも安心して衣類乾燥ができます。浴室を活用し、家事ラクで快適な暮らしを送りましょう。

※対象品番はUFD-111A(BK)、UFD-211A(BK)です。



テレワークの気分転換に
ライン照明

身も心も解きほぐす優しい光が浴室空間を包みます。調光調色できるライン照明で、気分を一気にプライベートモードに切替えましょう。

※アクアタワーライトは対象外です。

写真・記事:株式会社LIXIL

間違いさがし答え:①男の子の足 ②男の子の持っている物 ③女の子の目 ④お母さんのウチワ ⑤提灯の数

ご相談・お問い合わせはこちらまで

安全で心地よい住まいづくり

竹内木材工業株式会社



リフォーム館 タケウチ

☎ 04-2953-4307

〒350-1335 狭山市柏原25番地



住まいのお悩み いつもお気軽に相談ください。

リフォーム館
タケウチ



竹内木材工業 株式会社
☎04-2953-4307