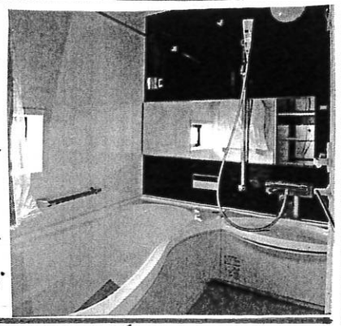
ご縁をいただいたあなたにお届けします。　平成28年6月発刊

一期一会新聞

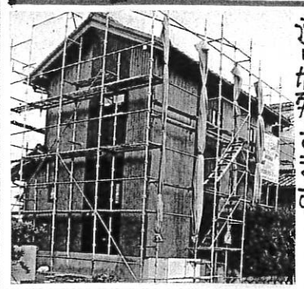
～出会いに感謝、あなたの家族が笑顔になりますように～

衣替えも終わり夏の装いが目につくようになりましたみなさんお元気でお過ごしでしょうか？小野より来店アステックペイントの営業2名とお見積もりです。

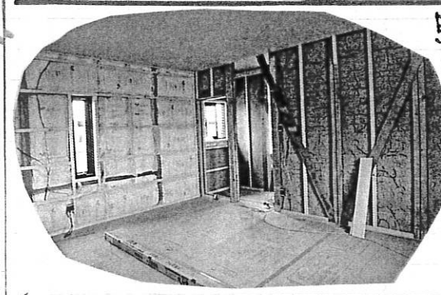


先月の床が一段下がった所にシステムバス入浴乾燥機がついています。天井には浴室暖房機がついています。一坪サイズの一般的な仕様になっています。

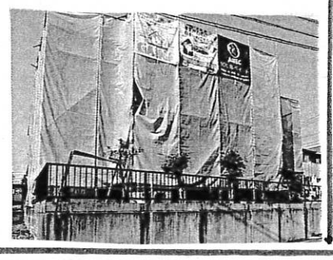
横長のミラーとメタル照明器具が取り付けられています。



先月の続きとなります。外壁が貼り上がりました。切りがすらいですかタテのラインをアクセントで入れてみました。工事前は1色だったので、より立体的になりました。仕上がりとなりました。外部は玄関への通り道が残ってます。



2Fにある2室のうち一部屋です。外壁側に断熱材を入れて壁を貼りよりとこうまでできました。クロスとクロス照明の事が残ってます。



現在、塗装工事をしてます所の様子です。アクリル100%の塗料とガイナ（断熱、遮熱）を使って仕上げます。塗装工事に入る前に基本的にはシーリングの打ち替えが終わるようにミレーションで進行です。

こちらはLDKのようす。天井、壁が張り終えてきています。これ終わるとクロス、建具、キッチン取付、照明事と進んでいきます。

夢をかたちに・・
住まいのことなら
リフォームラボ ITONEN（いとねん）
0120-975-731
http://www.itonen.jp

〈この仕事についた理由〉
祖父まで父の後を一緒にまわってたくさんの"ありがとう"を言われる父の姿を見てすばらしいと思いました。またまた祖父ですからたくさんの"ありがとう"がいただけるよう精進してます

発行人：リフォームラボ ITONEN
伊藤 英幸（いとうひでゆき）
生年月日：1964年 11月 17日 名古屋市で生まれる
〒461-0836：名古屋市東区泉2-5-8
営業時間：8:00～18:00
定休日：水曜（急ぎはTelください）
趣味：美しいもの鑑賞、バイク、スキー、一番は仕事
経歴：日進小、陽和中、名古屋高（陸上部でした）
東海工業専門学校 建築研究科卒（この時建築士に）
URL：ITONENで検索
HP：080-4754-6813
TEL：0120-975-731
FAX：0594-75-1779
Mail：info@itonen.jp

リブが歯の手術！ドキドキ…

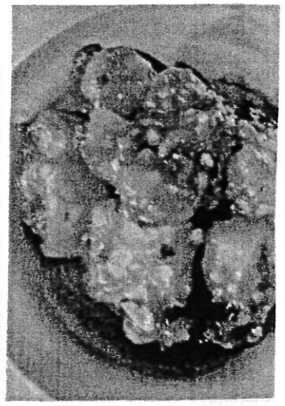
今日、11歳になったお家のリブ。先日、予防接種に行った時のこと。最近口臭がひどいので相談すると「歯周病」とアッサリ言われました。そしてその場で歯石をとると危険だから手術をした方がいい、ただし、血なども出ますし二万円はかかるし、これが最後のチャンス、無理、といわれました。家族で相談するよう言われ手術を決行。無事に済みスヤスヤ寝ています。獣医さんからのご褒美は歯ぶらしでした。

6月といえば

6月といえば、梅雨ですよね。雨の日が多く、気分もふさぎがちになりますね。けれど雨が降らなければ、作物も育ちません。天からの大切な恵みなんです。

この季節にたくさん成長して、次に太陽をいっぱい浴びて、みずみずしくて甘い野菜に育つんですね。夏はその恵みをたくさん頂ける季節です。トウモロコシ、スイカ、トマト、ナス、きゅうり…。楽しみまであと少しですね

エビと豆腐のチリソース



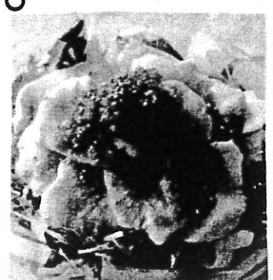
娘が「エビチリ」を食べたいというのでエビを買いに行きました。実の条、お高いので豆腐をプラスすることに。豆腐を水切りしてエビと同じく片栗粉をまぶし、揚げます。そしてあらかじめ作っておいたチリソースと和えます。味のお味は…。なかなかイケます。お得でおいしい料理です。おすすめですよ。

たまには贅沢。ハーブスのケーキ

追力満点のケーキに舌鼓（ぺろ）

先日、所用で名古屋に行きました。用事を済ませ、デパ地下をウロウロしていると、ケーキショップの「ハーブス」を発見。ハーブスは、私が学生時代、友人とちょっとぜいたくなお茶を楽しんだ場所です。久しぶりのショウウインドウの前に立つと楽しかった学生時代がよみがえってきます。少しぜいたくですが、時にはそれもいいでしょうと、家族分を購入。それからは夕食後の楽しみで。夕食のあと家族揃ってビックサイズのケーキを頂きました。スコっぜいたく沢に家族みんなニコニコ顔でした。

つるりん鶏しゃぶのすりおろしサラダ



材料　2人分
鶏胸肉…200g
水菜…1／3把
大根…80g
カットわかめ…大さじ1／2
◆トマトドレッシングの材料
＊トマトのすりおろし…小1個分
＊麺つゆ（三倍希釈）…大さじ2
＊ごま油…大さじ1／2
＊塩…ひとつまみ
＊コショウ…少々
白いりごま…適宜
片栗粉
塩

作り方
① 水菜は根元を切り、長さ5cmに切る。大根は皮をむき、ヒーラーで薄く削る。わかめは水で5分程戻し、水気をよく絞る。おろしトマトドレッシングの材料を混ぜる。
② 鶏肉は皮を取り、幅6～7mmのそぎ切りにする。鶏肉1切れずつ片栗粉をまぶし、余分な粉をはたき落す。鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩少々を加える。鶏肉を一度に加え、時々菜箸でほぐしながら、2分半ほど茹でる。鶏肉を氷水にとって2～3分しっかり冷やし、水気をよくきる。
③ 器に水菜、大根、わかめをざっくりと混ぜて盛り、②の鶏しゃぶをのせ、トマトドレッシングをかけ、ごまをふる。