

## 何の日？

### 2月22日は「猫の日」

1987年(昭和62年)に「2=ニヤン 2=ニヤン 2=ニヤン」の語呂合わせから、制定されました。猫と一緒に暮らせる幸せに感謝し、猫とともに喜びをかみしめる記念日という趣旨があるようです。当日はSNSに猫のかわいい写真や動画がアップされるので、チェックしてほっこりするのも良いですね。

ちなみに、ヨーロッパの多くは、2月17日を「World Cat Day」、アメリカは10月29日を「National Cat Day」としているそうです。また、8月8日には、国際動物福祉基金が制定した「世界猫の日」もあるそうです。世界中で愛されているのですね。

猫の語源は「寝子」だったのではないか?という説もあります



すやすやす  
猫は睡眠が大好き!  
子猫の期間は1日なんと20時間近く、成猫になってからも12~16時間の睡眠をするそうです。



猫に利き手があるをご存知ですか? オスは左手、メスは右手の傾向が強いそうです。

#### 猫がつくことわざ

猫は、人々にとって身近な存在だけに、「猫に小判」など、猫がつくことわざがいろいろあります。たとえば、「借りてきた猫」は、ふだんと違っておとなしい様子のこと。「猫を追うより皿を引け」は、その場逃れより、根本を正すことが大切という意味。皿を狙う猫を追い払うより、お皿を片づけたほうが良い、というところから来ています。ほかに、「猫にもなれば虎にもなる」は相手や状況次第で、おとなしくもなれば凶暴にもなるという意味です。

### 2023年 新年干支占い

<b>卯</b>  <b>今年は卯年!!</b> <b>争いごとを好まない</b> <b>平和主義者</b> これまで努力を続けて来られた方は、それが大きな結果として現れます。仮に今まで努力をしてきていない、という方は2023年に入ってからの行動でもきちんと評価されるので大丈夫。慌てて結果を求めることが重要で、地道な行動が功を成すと覚えておきましょう。 【ラッキーカラー】 赤	<b>ねずみ</b>  <b>謙虚な癡し系</b> 趣味やプライベートが充実した楽しい1年になりそうです。思い切った行動が開運へと繋がります。興味があることには、全力で取り組むと思った以上の結果が得られるでしょう。金運も好調。多少高価なものでも、自分の投資としての出費は◎ 【ラッキーカラー】 紫	<b>うし</b>  <b>勤勉・努力家</b> 2023年は、安定した1年になります。丑年生まれの性格に合った、のんびりと現状に満足する日々を送れそうです。小さなことでも、とても幸せを感じられるでしょう。交友関係も非常に恵まれた年になるでしょう。 【ラッキーカラー】 黄色	<b>とら</b>  <b>強い信念を持ったチャレンジャー</b> 目まぐるしく日々が過ぎ、充実感を抱ける年になるでしょう。色々な経験や刺激を与えられる時期となります。自分自身が大きく飛躍する年であり、成長できる時期になるからこそ、一つずつ丁寧にこなす努力に努めましょう。 【ラッキーカラー】 オレンジ
<b>辰</b>  <b>たつ</b> <b>感性が豊かで発想力に富む</b> 新たな視点や考え方を持つことができる年。好奇心も旺盛となり、どのような事に対しても、前向きな考えを持ちながら挑戦できます。あなたが興味を抱くもの、周りの人から伝えられたものにも、懼ることなく取り組むと◎ 【ラッキーカラー】 赤	<b>巳</b>  <b>へび</b> <b>向上心に富む野心家</b> 物事が順調に進む出来事が多くなります。自分の考え方や行動に対して前向きな感情で取り組むことができます。好調な運勢があなたのやりたい事、叶えたいことへの後押しをしてくれます。自信を持って積極的に行動しましょう。 【ラッキーカラー】 白	<b>午</b>  <b>うま</b> <b>勤勉で几帳面</b> 対人運の運勢が高まります。幸せを感じる出来事が増え、共有できる仲間がいることに幸福感が満たされる年となります。物事を前向きにポジティブに考えられるようになるでしょう。幸せな気分で一年を通して過ごせます。 【ラッキーカラー】 ピンク	<b>未</b>  <b>ひつじ</b> <b>友好的で温かく正義感が強い</b> 2023年は心身をしっかり休ませ、力を温存することで、自分らしく楽しい1年を送ることができるでしょう。周りの目を気にし過ぎず、自分を第一優先に考えて行動すると良いでしょう。 【ラッキーカラー】 緑
<b>酉</b>  <b>いのし</b> <b>まっすぐで純粋責任感が強い</b> お金の使い方や貯め方を変えることが可能。この機会に一気に金運を上げていきましょう。物欲が高まった時に一旦、立ち止まって考える習慣を身につけたり、先取り貯金をしたり、資産を増やす方法を強めるのも良いかもしれません。 【ラッキーカラー】 水色	<b>戌</b>  <b>さる</b> <b>行動力があり好奇心旺盛</b> スタートダッシュする年ではなく、徐々にエネルギーが高まり、幸運を引き寄せるようになります。縁の下の力持ちであったり、二番手や三番手で支える陰ながらの功労者のあなたにスポットライトが当たられる年です。 【ラッキーカラー】 茶色	<b>亥</b>  <b>とり</b> <b>知性的でロマンチスト</b> 現状に満足することなく前進する気持ちを持ち、成長を目指して生活していく事で、運気アップが望める年です。周囲の人達との関わりや、自分を信じる気持ちを忘れずに過ごせば、あなたの思い描く未来へと近づけるはずです。 【ラッキーカラー】 銀	<b>戌</b>  <b>いぬ</b> <b>冷静で頭脳明晰</b> 活気が沸き起こり、アグレッシブな行動を起こせるはずです。何かに押さえつけられていたものが無くなり、自由を感じることも出来ます。良いことが起きても冷静に対応し、次の行動を落ち着いて決めていきましょう。 【ラッキーカラー】 金

住まいの通信No.43 クイズ答え：シンネン（新年）



## 伊藤建設 住まいの通信

伊藤建設株式会社  
LIXILリフォームショップ伊藤建設  
住所: 宮城県岩沼市桜五丁目3番59号  
TEL: 0223-24-2383 FAX: 0223-22-2264

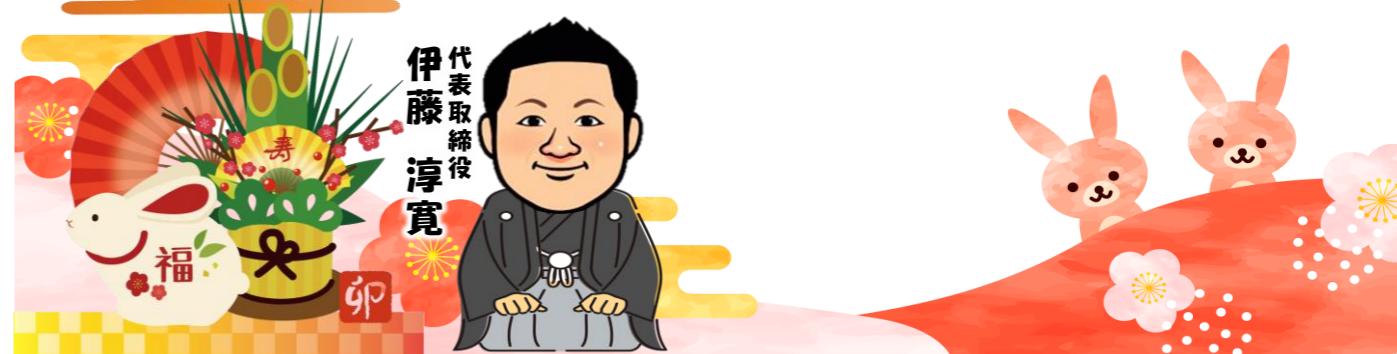
No.44

2023年1月1日発行

## 謹賀新年

新しい年を迎え皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。本年の干支である兔のように大きな耳で情報を収集し、皆様に快適な住まいと暮らしの情報を届け致します。本年も何卒ご愛顧くださいますよう宜しくお願い申し上げます。

令和五年 元旦



### 寒さは健康美の大敵

暖かいお部屋にアレンジして、冬を快適に過ごそう!

### 住まいの快適レポート

朝晩の冷え込みも厳しくなり、防寒対策は万全ですか? 寒さは健康美の大敵。暖かいお部屋作りを工夫してみましょう!

### ポカポカ・ぬくぬく生活を実践



寒さ・冷えは、血行不良をはじめ腸の活動や免疫機能を低下させるなど、さまざまな健康障害を引き起こす要因のひとつです。暖かいお部屋作りのコツや、体の芯から温まるアイデアを伝授。寒さ対策を実践して、健康的な暮らしを!

### 暖かい部屋作りのヒント

#### ●暖色系の照明を配置

炎をイメージさせるようなオレンジなど、暖色系の照明は、寒いという感覚を和らげると言われているそう。手軽に替えられる小物類で暖かい部屋にチェンジ。



### 体の芯から温め、腸内環境を整える

#### ●腹巻パワーで内臓機能を健やかに

お腹には胃腸、肝臓、腎臓などの臓器が集中。お腹周りを温めることで、臓器の血流がよくなり、体全体の体温も上昇。優れた効果が期待できる腹巻を活用しましょう。

#### ●体温調節を整える最適な食事を

体温調節の乱れは、たんぱく質不足が一要因。脂肪酸の燃焼を高めるカルチニンを豊富に含む羊肉が特におすすめです。





伊藤建設  
No.44

# 住まいの通信



## Chottoいいかも

## 古いお酢を活用しましょう！



お酢を水で5倍に薄めたものを生ごみにスプレーすれば雑菌繁殖の抑制とニオイの軽減も期待できます

冷蔵庫やキッチンの棚の奥で賞味期限が切れた使いかけの穀物酢はありませんか？ 家事に活かせるので、いくつかご紹介します。

### ●まな板の殺菌

お湯をかけた後に、お酢で拭くと殺菌効果がアップします！ また、お酢を水で5~20倍に薄めたものに野菜を10~15分浸けて置くのも殺菌効果が期待できますよ。

### ●水垢を落とすのに便利

水に含まれるミネラル分が残ることで水垢となります。水垢はアルカリ性の汚れなので、酸性のお酢が汚れを分解！ 水垢部分にお酢をかけ、丸めたラップなどでくるくる優しくこすると、軽いものなら、比較的簡単に落とせます。

### お酢の保存法と劣化の見分け方

お酢は、腐りにくい調味料ですが、開封後、常温で保存するより、冷蔵庫の方が長もちするそうです。穀物酢の場合、冷暗所（光の当たらない棚の中など）だと半年、冷蔵庫だと1年はもつそうです。ちなみに、白い膜のようなものが浮いている、酸味が薄くなっていたら、劣化のサインです。



## かんたんレシピ

## 牡蠣のパエリア

教えてくれた人…尾田衣子さん  
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。  
<http://ryo-ri.net/>

### 材料

(2~3人分)

- 米(洗わずに使用)…1カップ、牡蠣…120g、セミドライトマト…20g、アンチョビ…10g、玉ねぎ…1/4個、ニンニク…1かけ
- コンソメ顆粒…小さじ1、ターメリック…小さじ1/2、白ワイン…50ml、水…200ml
- イタリアンパセリ、塩、黒コショウ、オリーブオイル…適量



- ①セミドライトマトは細切りにし、アンチョビは粗切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、玉ねぎ、にんにく、米を軽く炒める。
- ③米が少し透き通ってきたら、ターメリックを加え、さらに炒め、塩、コンソメ顆粒、白ワイン、水を加えて沸騰させ、セミドライトマト、アンチョビを散らしてフタをし、弱火で20~25分程火を入れる。途中、5分程前に牡蠣を並べる。
- ④みじん切りにしたイタリアンパセリを散らし、黒こしょうをかける。

※牡蠣は火を入れすぎると小さく、固くなってしまうので注意しましょう。  
※米は洗うと、その水分を吸ってしまい、調理中の美味しい出汁が入りづらくなり、仕上がりもべたっとするので洗わずに使いましょう。

## Easycraft

### ■ フェイクフラワーを使ったリース



100円ショップなどで見られるクリスマスのリースをハート型に変形させ、表にグルーガンでフェイクフラワーを貼りつけば完成です！



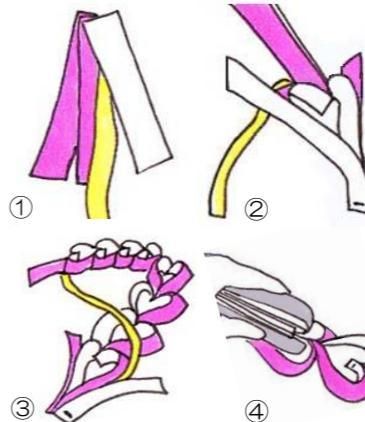
裏表で違う柄の紙を使うのもおすすめです！



土台はほかにも、ワイヤーをハート型にして、麻ひもを厚めに巻いたものでもOKです。

### ■ ダンボールとフェイクフラワーのリース

ハート型に切った段ボールにフェイクフラワーをグルーガンでぎっしりと付けるだけでもかわいいです！



### ■ 紙でつくるハートのリース

●用意するもの  
縦10センチ、横2.5センチの紙20本（ハート10セット分）、20~30センチのリボン、ホチキス

### ●つくり方

1. 1セット目は紙を表向きに合わせ、リボンを縦中心に合わせたら、2セット目は紙を裏向きにして、1セット目の紙とリボンを挟むように重ねる。
2. 2セット目の紙をめくって端を合わせるとハートになるので、3セット目の紙を裏向きにして2セット目のハートに沿わるようにして合わせ、ホチキスで留める。これを9セット目まで繰り返す。
3. 10セット目の紙はリースの内側になる方に一枚、裏向きにセットし、9セット目のハートの外側にリボンを1回ねじって沿わせ、その上から残りの1枚を裏向きにセットし、端を揃えてホチキスで留める。
4. 1セット目の紙の端を内側にくるんと曲げ、その間に、10セット目のハートの先端を入れ込んでホチキスで留める。

※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

## 間違い探し

### クイズの答えを募集します

正解者の中から抽選で3名様にプレゼントを差し上げます。

LINE、はがき、FAX、メールにて①クイズの答え ②住所 ③氏名 ④電話番号をお書きの上、当社宛にご応募下さい。

〒998-2433 岩沼市桜五丁目3番59号  
「伊藤建設 クイズコーナー」

FAX : 0223-22-2264

E-mail : honsya@itokensetu.co.jp

LINE ID : @itoken1835

※LINE、メールでの応募は件名に『住まいの通信NO.44 クイズ答え』とご記入ください。

答えは2月末日までご応募ください。

