



# エコキレ クッキング

参加費  
¥500  
要予約

## おかずクッキング

夏季休暇がある為8月は1品になります。



生春巻き

## 8月お菓子クッキング



星空の水羊羹

エコキレ人気のワンコインクッキング！最近はお子様の参加も増えてきました！マンツーマンなので一人で落ち着いてクッキングを楽しめます  
二名様まで一緒に参加できますので、まずはお友達を誘って一緒に参加してみませんか？

## ワークショップイベント 「アロマバスボムを作ろう!!」

夏休みの思い出に。。。お風呂でシュワッと固形入浴剤！  
一緒に作ってみませんか？



☆開催日  
8月25日(木) 13時30分～14時30分  
8月26日(金) 10時30分～11時30分  
8月27日(土) 10時30分～11時30分

☆各日定員 4名(4歳から参加OK!)  
☆参加費 ¥500

**お知らせ 8月11日(木)～8月16日(火) 夏季休業日とさせていただきます。**



# エコキレ通信

LIXILリフォームショップ  
エコキレ  
TEL:049-227-6316

No.15

## 8月キャンペーン(トイレ アメージュZ便器)



お掃除しやすいフチレス形状と、シャープなフォルムが魅力のアメージュZ便器(フチレス)を・・・

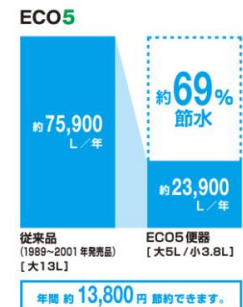
**定価より30%引き**

(工事費別)

便座KAシリーズ+アメージュZ便器  
KA23グレードの場合  
セット価格¥213,600

### 節水

年間の節約金額に換算するとECO5では・・・  
年間約13,800円もお得になります。普段通りに使うだけで簡単にエコになります。



### フチレス形状

奥も手前も便器のフチを丸ごとなくし、サッとひと拭きお掃除ラクラクです。



### お掃除ラクラク

シャープで足元スリムなフォルムは、汚れも拭きやすく、お手入れ簡単です。





## 快適 Life



## 夏風邪をひいてしまったら

暑くてボオーとしている?クーラーが効きすぎて寒気?寝冷えでお腹の調子が...と思っていたら、夏風邪だったなんてことも!薬での対処療法に加え、下の3つのことに気をつけて早い回復を。

- ☆水分をこまめ取る。
- ☆体を休めて、ゆっくり眠る。  
(風邪をひいた=免疫力低下=疲れがピーク!これを自覚して、できるだけ仕事や家事を減らす工夫を。)
- ☆冷たい食べ物をさける。  
(胃腸も弱っているので、消化の良い温かい食事を心がけましょう。)

### クーラーはいいの?

室内が暑いのに、風邪で寒気があるからと、クーラーをかけずにいると、熱中症になってしまう危険があります。クーラーをかけて室温を最適にしてから、衣類や布団で調整する方法が安全です。汗をかいたら衣類を取りかえましょう。もちろん水分補給も忘れずに!



## かんたんレシピ

### 絹ごし豆腐のアーモンドスイーツ

冷奴にあきたら、デザートで試してみよう!おかず食材でお手軽に!



- 材料 (2人分)
- 絹ごし豆腐 200g
  - 黒豆(煮豆) 適宜
  - アーモンドミルク 適宜
  - メープルシロップ 適宜



アーモンドの香ばしさが効いてる!

- ①豆腐はキッチンペーパーに包み、軽く水切りをする。
- ②黒豆(煮豆)を粗みじん切りする。  
※他の煮豆でも可。
- ③スプーンで豆腐をすくって器に入れて②の豆をのせて、アーモンドミルクとメープルシロップをかけたなら出来上がり!  
固めの絹ごし豆腐なら水切りも不要です。

※写真では茶福豆と黒豆を使ってみました。

## CRAFT

クラフトバンド(紙バンド)で作るコースターの紹介です。冷たい飲み物の水滴も吸収してくれる、乾かせば繰り返し使えます。わかりやすいように2色(縦紐・横紐)を使いますが、慣れたら1色でもできます。

■ 材料と道具 12本取りのクラフトテープ2色 35cm各3本 ニッパー・ハサミ・PPバンド



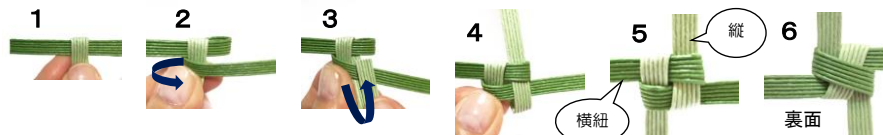
### ① 縦半分(6本取り)にカット

ハサミで切り込みを入れて、PPバンドで2本に裂き、各色6本のうち5本ずつ合計10本の紐を用意します。  
※約9.5cm角のコースターが作れます。



### ② 左端に四つだたみを折る

2色を端から5cmのところ十字に置きます。縦紐を後ろに折り、そこに横紐を回し掛け、下側の縦紐を図3・4のように差し込んで引き締めれば、基本の四つだたみ1ピース(図5)ができます。



### ③ 横に繰り返す

ピースの左側に、新たな横紐で四つだたみを繰り返す、5ピースで1段目を作ります。

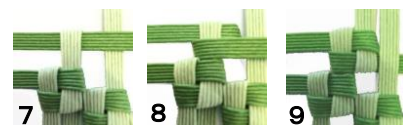


繰り返すよ!



### ④ 上に繰り返す(左端から)

1段目の上に、新しい横紐を1幅分上に置き、図7~図9のように②と同じ四つだたみを繰り返します。5段作ります。



市松模様になるよう意識して折ると、きれいに仕上がります。

### ⑤ 仕上げ はみ出したテープをニッパーでカットすれば完成です。

## 本物探し

見慣れた標識ですが、どこか違っているものがあります。さて本物はどれでしょう?番号で教えてください。



答え 左下