

皆さま、元気でお過ごしでしょうか？暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けします。  
 今回のテーマは「冬の家仕事を楽しもう」です。  
 冬といえば自宅でお客様をお迎えすることの多い季節でした。  
 毎年、大掃除やおもてなし料理の準備に追われててんてこまい…、  
 という人も多かったのでは？  
 コロナ以降、お付き合いの範囲を狭めて、静かに過ごすという  
 スタイルも増えているそうです。  
 そんな今年なりの、冬の過ごし方を考えましょう。



## 🍵 無理して完璧を目指さない

この季節、家族やお客様のために家事を頑張るあまり、すっかり  
 疲れてしまうという声もよく聞こえてきます。  
 この機会に「頑張ることはいいこと」という考えを、  
 「自分のペースでほどほどに」に切り替えてみませんか。  
 まずは家事をリストアップして、「今年やること／やらないこと」  
 を取捨選択。もしかしたら、マストだと思っていた  
 あれこれが、実は我が家には必要なかったことがわかるかも。

## 🍵 冬だからこそ楽しい手仕事を

家の中でゆったりと冬時間を楽しむための、  
 「自分のための家事」に注目しましょう。ニット編み、かご編みのような手仕事は、冬ごもりと相性抜群。  
 また、冬ならではの多彩な食材を使った保存食作りもオススメです。特に注目したいのは柑橘類。  
 そのままではすぐに傷みますが、きちんと加工することで長期間楽しめるようになります。  
 例えばゆずは、ジャムやコンポート、塩漬け、ドライフルーツ、ポン酢などに。  
 たくさん手に入ったらぜひ挑戦を。  
 果汁はアイスクューブにすれば冷凍庫で1ヵ月程度は保存でき、いつでも料理に使えます。

“おこもり”することの増える冬だから、家事も楽しく快適に。



無理せず、自分のために楽しく。今までとは視点を変えて、前向きで新しい冬をおすごしください。

## ◆暮らしメモ◆ 冬の柑橘を使ってポン酢を作ろう

ゆずやみかんを使った手作りポン酢に挑戦してみませんか。柑橘類はゆず、みかん、金柑、だいたい、  
 レモンなど、様々なものが利用できます。自分のお好みの味を見つけてみましょう。



### ＼おすすめ配合／

#### ゆずポン酢

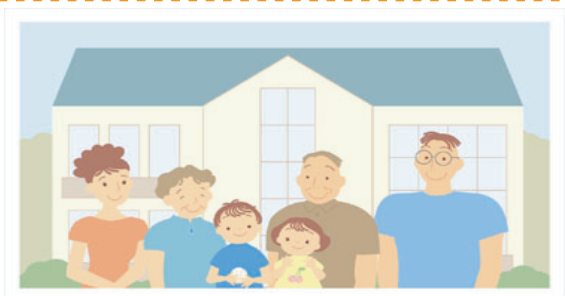
しょうゆ、ゆず果汁、みりんを  
 5：5：1の割合で。  
 削り節、昆布を合わせます。

#### みかんポン酢

しょうゆ、みかん果汁、酢を  
 3：3：1の割合で。  
 削り節、昆布を合わせます。

### ●作り方の基本

基本の材料はしょうゆ、柑橘果汁、みりん、酢、  
 削り節に昆布。酸味を引き立てたいときには  
 酢をプラスします。  
 出来上がり量1ℓに対して、削り節は40g程度、  
 昆布は数センチ角2枚が目安。  
 柑橘はよく絞って、種などが混ざれば取り除き  
 ます。  
 それぞれを合わせて清潔な容器に入れ、  
 冷蔵庫で数日以上寝かせたら、昆布を  
 取り除き、削り節をこし取ります。



TOYAスマイル倶楽部事務局  
 今治市玉川町中村甲677-7  
 有限会社十弥工務店内  
 TEL (0898)36-8182  
 FAX (0898)36-8183  
 E-mail : toya-info@toya.co.jp