

## 技あり!! お料理便利帳

### ロールキャベツにスパゲッティ

ロールキャベツを食べた時、巻き終りのつまようじで痛い思いをしたことはありませんか? せっかくのおいしさが台無しですよね。つまようじの代わりにスパゲッティを使うのはいかが? 短く折ったスパゲッティでとめればキチンと巻けるし、あとはそのまま食べられます。ロールキャベツを煮込むときに一緒に多めのスパゲッティを鍋に入れば、ボリュームのあるつけあわせができ、ソースにとろみも出ますのでとっても重宝です。



## 健康読本

### 身体のゆがみをチェック



姿勢の悪さは背骨の歪みを引き起こし、肩コリや疲れの原因になります。背骨の歪みをチェックする簡単な方法をお教えしましょう。(1) 全身の力を抜き仰向けに寝た状態で誰かにかかとの位置をみてもらいます。左右の位置に差があれば、背骨が歪んでいる恐れあり。(2) 壁に背を向けてまっすぐ立ち、体を前に倒します。これ以上倒れないというところで静止し、誰かに背中中の水平をみてもらいます。左右の高さが違ってれば、背骨が歪んでいます。

## 住まいの知識あれこれ

### 住まいの雑学：ことわざ

『うだつが上がらぬ』  
いつまでもぐずぐずして、一向に出世できないことを指した言葉。何事もうまくできない。「うだつ」は「うだち」の訛りで、梁の上に立てる短い柱のこと。それを棟上げの時にあげて骨組みが完成することになります。ですから、『うだつが上がらない』とは、上から頭をおさえられて、いつまでも出来上がらない、完成しないということの例えに使います。



松下電工 外装提案カク

快適な住まいの情報は「しもじり」から

# 住まいの広場

10月15日 第11号

## ナイスフェア-2007夏



今年のナイスフェアは、8月4、5日と東京ビッグサイト西ホールで開催されました。今回のフェアは、初めて関東近県の建築会社200社以上がブースを出展しました。当社も写真のようにブースを出展させて頂きました。場所的にはあまり人が通る所ではありませんでしたが、多数の方に見に来て頂きました。山梨からわざわざお越し頂いた方もおりました。本当にありがとうございます。

建築基準法が強化され、確認申請が大変厳しくなり、途中での軽微な変更が出来なくなりました。途中で変更になると、新たに確認申請を出さなくてはなりませんので、皆さまの負担が大きくなってきます。また確認申請がおきるまでに時間がかかるようになりました。家を建てられるときには十分検討され、変更のないよう計画された方が良くと思います。

※詳しくは当店へ、お気軽にお尋ねください

編集室  
だより



味覚の秋・芸術の秋・読書の秋……。皆様の秋はどんな秋ですか? あなた色の秋に染めたいなんていうセリフが似合うのは今。新しいことをはじめるのにもいい時期です。やってみたいなと今まで思っていたことに思い切ってトライしてみませんか? 同時に家の中もリフレッシュ、インテリアの配置換えや壁紙の色を替えたりちょっとした変化で暮らしをあなた色に!!

安心・安全・快適な住まいをカタチにする

## (有) 山本建築工業

〒400-0032

山梨県甲府市中央5丁目2-6

TEL: 055-233-8873

FAX: 055-233-8860

E-mail: info@ymkn.co.jp

URL: http://www.ymkn.co.jp/

