



ユトリエ ニュース

2017
4月号
NO.65

記念日カレンダー

めっちゃ旨レシピ

季節の話題

知っ得?知っ得!

無料税務相談

現場だより

2017年3月・第65号



記念日カレンダー

4月14日 オレンジデー



2月14日「バレンタインデー」、3月14日「ホワイトデー」に続いて4月14日は何の日かご存知ですか?その名は「オレンジデー」。愛媛県の柑橘類農家が発案したとされる(12月3日「みかんの日」とは別のもの。)

オレンジの花言葉「花嫁の喜び」に由来。オレンジは花と実を同時につけることから、愛と豊穡のシンボルとされ、オレンジの花は結婚式のブーケやコサージュに使われたりする。

それに企業が着目し、「2月14日に愛を告白、3月14日にその返事をして、4月14日に愛を確かなものにして、オレンジやオレンジ色のものを贈る」というストーリーを企業や柑橘類農家などがPRの一環として行っている。

オレンジは何と言っても香りがよい。1つあれば部屋が甘酸っぱい、爽やかな香りで満たされる。このアロマ「リモネン」は精神のリラックス効果、脳をすっきり覚醒させる効果がある。そして、もちろん食べても、ビタミンCが豊富、ポリフェノールの一種「ヘスペリジン」による抗酸化作用で、美容や健康にもよい。

オレンジデーという記念日は定着していないものの、オレンジという果物自体が幸せのアイテムのように思える。オレンジを部屋に飾ってみてはいかが。

これ知ってる?

~今月のお題~

カーネーション

5月第2日曜日の「母の日」の贈りものの定番「カーネーション」。ナデシコ科の多年草で、日本では500種類以上存在し、菊、バラと並ぶ人気の花だ。予想はつくが、消費は母の日前後がピークになるとのことだ。

昨今は色は、黄緑色、紫、ポルドー、くすんだピンク、そして縁取り、グラデーションなどそれはそれは豊富。形も花びらの少ないものから八重、波打ったものなどバラエティに富んでいる。そうはいても、種類が多いと逆に何を選んだらよいか悩んでしまいますね。

そんな時にお役立ち豆知識。カーネーションの花言葉は「愛」「純粋な愛」だが、色別にも花言葉がある。人に差し上げるときは、白、黄色、濃い赤は避けた方が無難かも!

《花言葉》

赤:「母の愛」「熱烈な愛」★ポルドーのような濃い赤は「欲望」 虹色:「感謝」

ピンク:「女性への愛」「気品」「暖かい心」 黄色:「軽蔑」「嫉妬」「友情」

白:「純潔の愛」「尊敬」★亡くなった母へ贈るもの 紫:「誇り」「気品」

青:永遠の幸福 オレンジ:「熱烈な愛」「情熱」 黄緑:「純粋な愛情」「癒し」



Panasonic Builders Group | パナソニックビルダースグループ

ユトリエホーム

(太田建設株式会社 テクノ事業部)

フリーダイヤル 0120-318-093

ユトリエホーム

検索

メール: techno@yutoriehome.jp

www.yutoriehome.jp



[本社] 〒277-0861 柏市高田1313-4 TEL.04-7143-0506 FAX.04-7144-3345



めちゃ旨レシピ

★食感を楽しむ旬野菜のグラタン★



マッシュポテトが面倒な方は、薄切りにして茹でたじゃがいもを他の具材と重ね焼きにしてもOK!

- 野菜は洗って下処理をして、具材を切る
 - 筍の水煮：長さ5cm程度の短冊切り
 - 新玉ねぎ：薄切り
 - マッシュルーム：ヘタを切って、5mmの縦切り
 - マッシュポテト：じゃがいもを茹で（蒸し）、皮を剥いて潰し、塩・コショウ・バターで軽く味付けする。
 - 厚切りベーコン：数ミリ角の縦切り（長いまま）

★筍、新玉ねぎは、切る厚みで食感の違いが楽しめる。厚みのあるザクザク感もいいが、極薄のシャキシャキとした食感そしてソースとの相性が抜群によい!

- フライパンを熱しバター大さじ1を溶かしながら厚切りベーコンを痛め、色がついてきたら新玉ねぎを軽く炒める。
- ベーキング皿（グラタン皿）に、バター（材料外）を塗ってマッシュポテトを敷き詰める。アスパラガスを並べ、その上に2とマッシュルーム、筍をランダムに盛り付ける。

《材料》 4人分

- 筍の水煮 …… 200g程度
- 新玉ねぎ …… 1玉
- マッシュルーム …… 6個（生）
- マッシュポテト …… じゃがいも4個分
- 厚切りベーコン …… 5cm程度
- 卵 …… 1個
- バター …… 50g（有塩）
- 生クリーム …… 200cc
- 牛乳 …… 25cc
- 塩・胡椒 …… 適量
- パン粉 …… 大さじ3
- とろけるチーズ …… 適量
- パルメザンチーズ …… 適量

- 3の上から生クリーム、牛乳を注ぎ、中心に窪みを作って生卵を落とす。とろけるチーズを全面にお置いて、最後にバターを細かく切ったもの、パルメザンチーズ、パン粉を全体に振りかける。
- 200℃のオーブンで20～30分焼く。（焦げ目がついて、アスパラに火がとおていればOK）



厚切りベーコンをパンチェッタ、シーチキン、アンチョビなどに代えると美味しいよ。缶詰の汁を少し加えると深みが出る。

季節の話題

かしわの葉

新年度が始まり気持ちも新たに、との思いもつかの間、あっという間にゴールデンウィーク（GW）が訪れる。2017年は4月29・30日、5月3日～7日が休日なので、5月1・2日を休めば9連休。

GWの始まる4月29日は「昭和の日」（旧「みどりの日」）。そして5月3日「憲法記念日」、同4日「みどりの日」、同5日「端午の節句（こどもの日）」と祝日のオンパレード。

ところで「こどもの日」に食べる柏餅。人の手を広げたような形の「かしわ」の葉で包んだ餡子や味噌餡の入った団子のこと。

現在も関西以南では「サルトリイバラ（猿捕茨）」という円または楕円のような形の葉を使用している。そもそも柏餅はサルトリイバラで団子を挟んでいた。江戸時代に江戸での消費に葉の数が追いつかず、知恵をしぼった商人が、新芽が育つまで古い葉が落ちない「子孫繁栄」の縁起物として柏の葉を代用したことに由来する。サルトリイバラも柏も桜餅と違って葉は食べないが、（特にサルトリイバラは）香りがとてもよい。

そもそも柏餅の名前は、柏の葉で包むからではなく、団子の形である「兜型」を作るときの様子が、ちょうど拍手（かしわで）を打つときのような胸の前で手を合わせる形に似ていることからきている。

紛らわしいと思ったら、柏の葉で包んでいるからだと思っている方は多いのではないだろうか。

因みに、千葉県柏市は昭和45年11月に、柏の木をシンボルツリーに指定している。



サルトリイバラ

今から始める日焼け対策！
～紫外線量は7・8月がピーク～

知っ得？しっ得！



春麗、長閑な春は、冬の緊張感を癒すかのように穏やかな気持ちにしてくれる。そんな気候に惑わされるが、紫外線（UV）量は7・8月のピーク時に向かって、上昇の一途だ。気温が高くなると、紫外線も多くなり、汗をかいて日焼け止めが流れてしまうのでこまめな手入れが必要になってくる。日焼けを気にされる人は、今からしっかり予防をしておきましょう。

～ 体の内側から紫外線対策 ～



紫外線対策は、紫外線を物理的に遮断する外からの対策だけでなく、食べ物から摂取して体の内側からでもできる。紫外線予防に効果のあるビタミンA・C・Eの豊富な食物をバランスよく食べましょう。



1. ビタミンA

免疫機能の維持、成長促進、肌や粘膜の機能維持などの効果があり、肌の潤いを保ち乾燥から守る。ビタミンAを含む食品に含まれるレチノールエステルは体内に入って「レチノール」に変換・吸収される。

【代表的食品】レバー、卵、クリーム、チーズ、うなぎ、等

しかし、これらの食品をたくさん摂取するのは体によくない。

そこでオススメなのがカロテンを含む食品。緑黄色野菜に豊富に含まれる「カロテン」は体内に取り込まれるとビタミンAと同じレチノールに変換される。

【代表的食品】人参、西洋かぼちゃ、モロヘイヤ、ほうれん草、春菊、バジル、等



2. ビタミンC

大きな役割のひとつにコラーゲンの生成促進作用がある。人間の細胞を構成するたんぱく質の30%であるコラーゲン。コラーゲンは張りを維持するなど肌の健康維持に欠かせない。また、ビタミンCは活性酸素を分解、紫外線によるメラニン色素を作る物質を抑え、シミの沈着などを防ぐ。

【代表的食品】赤・黄ピーマン、ゆず、レモン、オレンジ、アセロラ、ケール、芽キャベツ、等

★100mg以上摂取しても体外に排出されるので、満腹時に、毎日、少しずつ、複数回、生で、が効果的！



3. ビタミンE

抗酸化作用があり、細胞膜に常駐・守る役割をする。ビタミンCと一緒に摂取すると相乗効果が得られ、油と一緒に摂取すると吸収率が高まる。

【代表的食品】アーモンド、ヘーゼルナッツ、うなぎ、養殖あゆ、西洋かぼちゃ、アボカド、等



※相続税・贈与税の無料相談ご希望の方は、以下項目3. に「相続税・贈与税に関する相談希望」とご記入ください！

お住まいの疑問、
お気軽・簡単
質問箱！

- どんな小さな疑問も、右のハガキで解決！
- すぐにお答えします。
- 切手不要、切り取ってそのままポストに投函！
- 希望や疑問は百人百様。あなたの求めている方法が見つかるかもしれません。

線SハS出

1. あなたは今お住まいについてご検討中ですか。

- 新築 建替 リフォーム
 その他 ()
 土地を探している

2. 資料を

希望する。

*特にご希望の資料があればご記入ください。

()

不要。

直接話を聞きたい。

その他 ()

3. 聞きたいこと、これって実際どうなの、と思っていることありませんか。小さな疑問から、家のいろいろが見えてきます。

4. ご希望の回答方法

氏名 ()

メール

() @

電話 ()

直接話を聞きたい (Oで囲んでください)

• 当社への来訪希望 ・ 営業によるお宅訪問希望

(ご住所:)

きりとり線

無料税務相談

“税務・保険” 無料相談

★私はこれで、京都に行ってきました★
節約って、好きな何かをやめたり、我慢したり、結構努力が必要ですよ。でも、ちょっと生命保険を見直して整理するだけで、簡単に節約できちゃったりするんです。

場所：ユトリエホーム 新柏3丁目モデルハウス
参加費：無料 *随時受付中！
★経験を積んだファイナンシャルプランナーがアドバイスいたします。

対策は
万全？

無料相談

生命保険を見直す、かしこく使う

生命保険・節税に関するこんな“お悩み”ありませんか？

- 現在加入中の保険内容を良くご存知ですか？
- 意外と知られていない節税に関するお話を伝授します。
- 保険・税金を賢く活用すると家計が楽になるかも？
- そもそも相続税・贈与税のしくみをあまり知らない。
- 親族に資金援助（住宅資金等）をしたいけど、非課税はいくらまで？自分に合った対策を知りたい。

★随時受付中。ご連絡頂き日程をご相談させていただきます★

現場報告

柏市 A様邸 [上棟]

2017年3月23日に柏市A様邸が上棟しました。
 まだまだ現役ですが、将来、仕事を引退された後にご夫婦でのんびりと第二の人生を楽しみたい、施主さまはそんなお気持ちで新しいお住まいを建築されています。
 パナソニックのテクノストラクチャー工法を採用した地震に強く、実用性とデザイン性を兼ね備えた住まいです。
 写真を見てわかる通り、全ての梁（地面と水平部分）に鉄と木の梁「テクノビーム」を採用しています。

★現場見学をご希望の方は、ご連絡ください。



きりとり線



毎月ユトリエニュースをご覧いただき、誠にありがとうございます。風が心地よい爽やかな季節になりました。
 現在施工中の現場が多数あります。実際の建設現場を見ることは、家を建てることを考えている方には、プランを現実と考えられるようになり、意識改革にもつながります。ご連絡いただければ、いつでもご案内します。
 お気軽にお問合せください！

ユトリエ線

料金受取人払郵便
柏支店承認

317

差出有効期限
平成30年
6月14日まで
(切手不要)

2
7
7
8
7
9
0

ユトリエ建設株式会社

ユトリエ建設株式会社

〒317-0879 茨城県柏市

