

今月の「トピックス」

1. 祝！やまとくん便り100号。
2. 買替えとリフォーム！
3. 物件購入は事前計画が重要
4. 精神を病む若者の生活保護
5. 何十年ぶりかの片づけ！
6. 生活保護からの脱出！
7. 賃貸物件の更新手続き！
8. 刑事がきた・・・もしかして！
9. おかやま的ココロ
10. ほほえみ日記

100号です！newたかしです！

継続は力なり！
そして、根性と人間性も
必要です。また未来を察知
して変化を起こす想像力も
豊かであると人が集まります。
お客様と共に歩むアプローチは
これからも進化を続けます。



たかし

1. 祝！やまとくん便り100号。

とても嬉しい出来事があります。

それは、「やまとくん便りが100号を迎えた」事です。今回のやまとくん便りで100号となるという事は100ヶ月前から休むことなく、皆様の愛読書となりお役に立て、またファンが増え続けている事が100号まで継続できた力となっているのです。

会社を登記したのが2002年の6月でした。不動産免許を頂いたのが同年の8月、それ以来、毎月欠かさず「やまとくん便り」を郵送したりお配りして皆様に読んで頂いています。途中で紛失された人は、わざわざ取りに立ち寄られました。

内容は不動産業界の現状や問題点などのお知らせ・トラブル解決などが多く、お客様によっては教科書として保管されているとお聞きしたこともあります。1～100号まで保管していますと立派な本になりますね。

株式会社アプローチは、当初「有限会社マンションセンターさいたま」として設立したのは、すでに皆様のご承知の通りです。社名変更して2年が経過しますので、今となったら旧社名が懐かしく感じます。

女性スタッフの不動産会社として、地域の家主様の間では話題となりました。「女性が経営者で大丈夫だろうか？長い付き合いの不動産会社があるから関係無い。」と言われた家主様も、何度も訪問し「やまとくん便り」をお配りし続けていますと「こんな考えを持った不動産会社に募集を依頼したい」と思っ

て頂けるようになり、どんどんご相談を受けるようになりました。

さいたま市西区の共同住宅調査・写真やデータの整理・不動産の価格調査や分譲マンションの動きも調べました。西区のエリアを専門としていますので、誰よりもどこよりも詳しくなりました。

8年以上の時を経て、株式会社アプローチとして第9期を迎えています。今は家族3人で協力して、地域の皆様と末永いお付き合いが出来るように、困られた時にお役に立てるように不動産の仕事を頑張っています。

私は不動産の営業経験29年になります。売買・賃貸・管理・リフォーム・保険など、仕事の範囲は広いですが、常に勉強して時代

●タッチして物件検索！



窓ガラスにタッチして物件検索ができます (6-23時)

西区不動産専門店・賃貸・売買・リフォーム・保険・法律相談・サイクルセンター



岡山佳代子

株式会社アプローチ (旧) マンションセンターさいたま

TEL048-621-1300/FAX048-621-1301

お客様ご相談窓口 0120-241-060

〒331-0074

さいたま市西区宝来1717-5

<http://yamatokun.info/> mail info@yamatokun.com

■定休日 毎火曜

■営業時間 10～19



岡山 貴紀

指扇駅ロータリー内



に遅れないように、率先して情報を提供して皆様にも学んで頂き、この厳しい時代を乗り切っていくために手を繋いで行こうと思います。

29年の業界異変は大変なものがありました。アプローチの過去8年もいろいろな事件がありました。それらを解決して乗り越えて、また肥やしにして今のアプローチがあります。最初はわずか2ページで始まった「やまとくん便り」が、お陰様で今は8ページまで成長しました。

男性社会であった不動産業界に、29年前に飛び込んで今は対等に、場合によっては専門的に優れた部分も持ち合わせていると自負しています。不動産の仕事は私にとって天職です。

恩になった人に言われた事があります。
「継続できる事が一番素晴らしい」
不動産の仕事が続いている事を指されたのですが、私はこの「やまとくん便り」が100号まで続いたことに誇りを持ちたいと思います。

皆様のおかげで今まで続けてくる事が出来ました。150号・200号と考えると気が遠くなってしまうますが、元気でいる限り、皆様のご期待に添えるように頑張っています。

2. 買替えとリフォーム！

長年同じ家に住んでいると、気分転換に住み替えをしたくなるものです。荷物の整理をするには引っ越しが一番です。押入の中には何年も使っていない物が結構ありますよね。

賃貸物件に住んでおられる方は「更新」を機会に住み替える方が多いです。引っ越し代・契約金が掛かりますが住み替えに縛られる事情はありません。

自己所有の物件に住んでおられる方は、「売却・購入・引越」などの手続きをするのですが資金計画をきちんとしなければスムーズな住み替えが難しくなります。

マイホームを持っていて住み替えを考える方の理由は「狭い家から広い所へ・生活環境を変える理由が出来た・家族の人数が減ったので・二世帯で暮らす」など様々です。

買替えで気を付ける所は「売却が優先」です。「住むところが見つからないと売れない」と考える方が多いのですが、購入が先だと売買契約自体が出来ない事がほとんどです。売買契約には「残代金の支払」と記入しなければなりません。予定が立っていなければ払えない・

・つまり契約が出来ないのです。

売れる見通しがついて、初めて資金計画が立てられます。いくらで売れるのかが決まりますと、「掛かる諸経費を考えて、いくら以内の物件が買える」とハッキリと決まります。買うところがすぐに決まらなくても、一時的に仮住まいをしてゆっくりと探す事も出来ます。

バブル時代は不動産価格が安定していましたので、売るタイミングと買うタイミングで価格に変化は少なかったです。しかし今は売り出してはみたものの、いくらで契約が成立するのか予想できない場合もあります。先に入れてしまうと、資金がショートして買った物件さえ手放してしまいかねないのです。

買い替えには「売る・買う両方の諸経費」が掛かりますので、自宅のリフォームを考えられる方が多くなりました。3DKのマンションも玄関周りのクロスやドアを交換するだけで、すっかり雰囲気が変わります。

下駄箱を大きめにしておきたい・浴槽の交換というご相談も受けます。水回りの設備を買えると快適になりますね。部分的なハウスクリーニングも喜ばれています。換気扇や浴槽など、お正月を迎えるのにあたって、お一人では煩わしいので専門家に頼まれる方も増えてきました。

買い替えやリフォームなど、何でもお気軽にご相談下さい。見積もりは無料です。腕自慢・サービスの良い職人さんばかりのアプローチは工事のご紹介も増えてきました。



窓ガラスにタッチする・・・面白い！
家主様からご依頼頂いた物件、写真入りで見られます。

3. 物件購入は事前の計画が重要！

売買物件購入のご相談をお受けする時、まず「資金相談」をします。物件の購入にあたり、「あの人がこの価格帯の物件を購入できたのだから、自分の収入では大体これ位だろう」と考えて選ばれる方が多いようです。

- しかし、家庭内事情は人それぞれです。
- * 自己資金をいくらお持ちでしょうか？
 - * 毎月支払の限度額は？
 - * 勤務先の内容と勤務年数は？
 - * 家庭内の総収入は？

そして何より重要なのは、将来に向けての人生設計です。バブル時代を生きてきて、欲しい物をほとんど手に入れて来た人たちが家を求めて来店されます。

堅実に貯金をされている方もおられますが、収入を考えると「自己資金が少なめ」と感じる人が多いです。

私たち（昭和20～30年生まれ）の年代は「戦後少し経過した時代に生まれて、質素倹約な生活」をして来ました。欲しい物があってもなかなかすぐには手に入らない、買って貰えない時代でした。

「自分が苦労したから、自分の子供には困らない生活を！」と、甘く優しく育てて来られたと感じる人たちが多くなってきました。

収入をほとんど使い切る生活をしているので貯金が少なめです。中にはほとんど貯金も無くて「家を買いたい」とご相談を受ける事もあります。

老後の生活を考えると、老齢年金が生活のギリギリしか頂けないか、もしくは足りないかも知れません。全く貯金が無いと病気になった時に困ります。平均寿命が長くなっていますので退職してからでも30年は生きて行かなければなりません。若いうちから生活設計をきちんと立てておかなければ、いざとなった時に困るのです。

「若い人たちは贅沢な暮らしをして、貯金を全くしていない」と嘆く人がおられましたが、私は「そんな事は無いでしょう。こんなに厳しい時代なのだから、収入が少なくても貯金が出来ないでしょう。」と話していました。

でも資金相談を受けると「この収入でこの貯金？」と驚いてしまう場合もあります。収入の半分を貯金していると現金でも家を買えっのに・・・と思えるお客様もおられますが、ほと

んどを生活費に充てておられるのですね。

若い時に給料を使い切る生活をしていたら、老後の年金生活は苦しくて仕方無いでしょう。それより、厚生年金・国民年金を収めていない人もおられるのが心配です。

だから、少しでも早めにマイホームを持たれようとする考え方は賢明です。ここ数年は売買物件が買いやすい価格帯になっています。

出来ることなら節約して頭金を貯めておかれると、銀行の審査も通りやすいですし、支払も楽になります。マイホーム購入は事前の計画が重要です。ご家族で話し合って、日頃から計画を立てて努力してみましょう。



アブローチの店頭広告をイメージ「窓タツチ」しました。たくさん物件を「窓タツチ」で検索できますので、そのご案内看板です。駅で待ち時間がある方は、窓タツチしてネ。

4. 精神を病む若者の生活保護！

生活保護申請もいろいろな理由があります。アパートを探しに来られた若い男性にお引越しい理由を聞きますと「生活保護、理由は病気」との事でした。

病気での生活保護は賃貸物件の契約に大きな問題が生じる事がありますので、もっと詳しく聞いてみました。

「脅迫性障害で外出した時に何か物を落としたのでは無いかと不安になり、いつもいつも後ろを振り返ってしまう」

聞いたことが無い病気でしたので、インターネットで調べながら話を続けました。見た目は普通の真面目そうな男性です。病気なんて外見からは解りません。

《精神疾患のいろいろ》

脅迫性障害の原因は、セロトニン(神経伝達物質)の調節障害や、脳の一部分の代謝や血流の亢進異常など、さまざまな仮説が立てられていますが、遺伝的要素を指摘する声や、自分では認めたくない不安や心の葛藤を強迫観念、脅迫行為にすりかえているという考え方もあります。はっきりとした原因は、まだ解明されていません。

強迫性障害を発症しやすいタイプとしては、何事も完璧にしなければ気が済まない人、規則や秩序にとらわれがちの人、細部にこだわり全体を把握するのが苦手な人、真面目で理想主義の人、がんこで融通のきかない人、優柔不断な人、仕事人間で生産性にこだわる人、形式主義の人です。

時々手が汚れているように思う、かぎのかけ忘れが気になるといった程度では病気とまではいえず、脅迫性障害の診断基準としては、通常1日に1時間以上、強迫観念、脅迫行為がありさらに本人もこれらが不合理だと認識しておりそのために強い苦痛を感じ、時間を浪費している、あるいは日常生活や人間関係などに支障をきたしている場合です。(以上、ネット参考)

話していて段々とご本人の考え方・話し方やその様子を見ても、相当重症のように感じました。両親の事を聞きますと近くに住んでおられるのだとか。

このような子供を一人で生活させている、しかも国に任せっきりというのはどうしたものでしょうか。両親との関係はうまく行っていないそうです。でも連帯保証人にはなってくれるようです。

精神を病んだ理由は、いろいろとあるでしょう。親は心配では無いのでしょうか？病気を治療する為に家族協力して努力をしないのでしょうか？

他にも、精神を病んでいる生活保護の人がよく来られます。アル中・躁鬱病の人が多くいますが、以前に行方不明になった人がいて、荷物の処分に困った事があります。同じマンションに住んでいる人との関係も心配です。部屋で自殺してなくて良かったと思いました。

仕事を通じてのストレスから、人間関係に悩んでなど、精神障害を発症する人が増えています。結婚生活に悩んだ友人も危険な所まで行ったと聞いた人がいます。家族の支えと行動で普通に戻ったそうですが、精神的に暗い時期が何

年も続いたとの事です。

男性が急に興奮してきたので不安になってきて、外出するので早く店じまいをしようと言いつつ、なんとか帰って頂きましたが、ちょっと怖かったです。



アプローチでは、ゴルフを趣味とする仲間を募集しています。毎月第3木曜日に、月例のラウンドを開催しています。11月は錦が原・12月は日高です。興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さい。

5. 何十年ぶりの片づけ！

家主さんから「貸家をゴミの山にして、角地だから車の通行にも邪魔になって、警察や消防から注意を受けているので、借り主に何とか言って下さい」と依頼を受けていた件です。

ちょうど貸家の更新が近づいている事もあり「片付けないと更新出来ません。別に住まなくてもいいですから。」と厳しく注意していたらなんと少しづつ綺麗になってきたのです。

通りかかるたびに声を掛けて、それに逆らった時は大声で怒鳴り合いもしました。80歳近くなった叔父さんは一人暮らしです。

20年近く住んだ貸家は、どこから運んできたのか廃材やガラクタだらけ。貸家の面影は全くありません。

電話がない叔父さんに連絡は手紙だけ。脅しや励ましの手紙を入れ続けました。今日見に行ったら、半分以上は片づいてきて貸家が見えてきています。玄関先には植木鉢にお花が植えられています。

私が「更新手続きに来て下さい」と手紙を置くと、夕方やって来ました。「片づけをしていたら倒れて、救急車で運ばれたよ」「このまま病院に入ったら、家主さんにたくさ

ん迷惑を掛けるんですよ」

「解っているよ。だから片付けているんだ。」

家族はお兄さんだけ。でも遠方に住んでいて日頃は市営のお風呂に入りに行ったり、最近は市の花木の手入れをボランティアで始めたそうです。人とかかわっていれば倒れた時でもなんとか助けて貰えると考えているようです。

それにしても20年間ゴミの山にして、誰が注意しても全く聞く耳を持たなかった叔父さんが片づけを始めました。家主さんやご近所さんは驚いています。

素直になってみんなに好かれましょね。そうすればきっと困った時に誰かが助けてくれますよ。叔父さんはこれから、広くなった庭に野菜を植えるそうです。元気に長生きしてね。

6. 生活保護からの脱出！

毎月家賃をご持参される若いお母さんは、生活保護を受けておられます。

「仕事を始めました」と言われましたので、「お給料分が生活保護費より減額されるんですよ」と言いますと

「そうなんです。でも早くこの生活から脱出したいので」と、小さなお子さんを抱えて頑張っておられる様子です。

生活保護費は受給すると、なかなかその生活から抜け出せないようなシステムです。社会復帰できるような補助があると、働こうとする意欲が出てきますが、今の日本は「働いてない事を確認してから生活保護費を支給」する事になっています。

受給している人たちが自然と働かないように国が方向付けしている気がします。。働いていても誤魔化していて不正に受給している人もいます。今の制度は悪循環のかたまりなのです。

また、年金受給より生活保護費の方が高いことに問題があります。年金では家賃を支払う事もままならないです。家賃・生活費をすべて出してくれるなんて、こんなに恵まれている事は他にありません。

真面目に働いて、せっせと年金を納めた人が受給する年金が生活保護費より低いなんて、誰に抗議すれば良いのでしょうか？

生活保護費を受給している人たちは、多くの人が税金の納付・年金の支払いが少なかったと聞きます。

真面目に働いて、せっせと税金を納めたり、法律を守ってきた人が損をするのですか？

益々増える生活保護費の受給。家庭や身体の事情による事情で受け取られている人は別ですが、生活保護は一時的なシステムにして頂きたいです。

そんな中で若いお母さんが一生懸命働いて、生活保護の生活から脱出しようと頑張っておられます。本当に嬉しい事です。お子さんも保育園に通って、元気におしゃべりします。頑張っているお母さんを見て、立派な大人に成長するでしょう。

お母さん、ガンバレ！！



西大宮バイパス添いのマルエツが
間もなくオープンします。これは便利！

7. 賃貸物件の更新手続き！

いつも家主様には「やまとくん便り」を通じて、賃貸契約の更新手続きの重要性についてお知らせしているのですが、まだまだ浸透してなくて、いざとなった時にトラブルが発生し困っている方もおられる事をお聞きしました。

不動産会社を通じて賃貸契約をしたものの、途中から家主様が契約書を作成して、借主様に印鑑を頂いて直接契約をしている方もおられるとは聞く事があります。理由は「借主様に余計な費用を掛けたくないから」でしょうが、専門家から言わせると「親しい間柄こそ、きちんとケジメをつけなければいけません」。

賃貸の契約は、入居して頂いた事が始まりでその期間はいつまでなのか予測が付きません。若い人たちは比較的短期間で住み替えられますが、40歳を過ぎてくるとマイホームを持つ元気も少なくなり50歳を過ぎてくると賃貸物件

家主様が若いうちにご自分で家賃管理やトラブル処理が出来ますが、年老いてきたり息子さん達に引き継いだときに大変な状況になっているケースもあります。

そう考えると、不動産会社に支払う更新手数料は僅かな金額です。きちんと契約書を取り交わす事によって、その関係も正常に保てるのです。親しき仲にも礼儀あり。まさにその通りだと思います。

賃貸契約書の更新時に、借り主様に印鑑を頂くことは当然ですが、連帯保証人様にも実印を頂きます。個人間で結んだ契約書を見ますと、形だけ連帯保証人欄に書き込んで押印されていますが、借り主が記入し、同じ認め印を押されている場合もあります。これではトラブルになり裁判になった時に、何の意味も持ちません。

また更新時に火災保険の継続をしなければいざとなったときに怖いです。火災や水漏れ・盗難など、安い保険料で損害が補填されます。火災保険継続は、家主様にとっても借り主様にとってもメリットがある事なのです。

中には火災保険に加入している事を忘れて盗難にあって、お金を取られたりガラスを壊されても諦めてそのままにしていると聞いた事もあります。安い保険料で見返りも多いのですから保険の更新手続きもしておきましょう。保険のご紹介だけでもさせていただきます。

個人間で更新手続きをされている方・全く手続きをされていない方、大変な問題に発展する場合があります。早めにご相談下さい。



プラザのサンデーマーケットさん、いつマツエツになったのでしょうか？地域もどんどん変わりますね。

8. 刑事がきた・・・もしかして！

商談中に一人の強面の男性が入ってきて、突っ立ったままに王立ちしているような雰囲気でした。間もなく要件をお聞きしようとする、**「刑事の紋章」**を見せてくれました。

刑事さんが何の用？

もしかして、又だれかが私を告訴したの？

それとも入居者に犯罪者でもいた？

私の身内に良からぬ事をした人間でも？

一瞬のうちにいろいろな不安が頭をよぎる中私は笑顔で対応していました。

「ビルの駐車場をちょっと借りて、張り込みをしたいのですが」**

張り込み？何があったの？

「最近、振込詐欺が急増して、昨年の2倍なんですよ。振込指示する人間と出金する人間が違うので、その張り込みです。」

この不景気な世の中で、どうして余分に振り込むお金を持っている人がいるんでしょう？詐欺の事は知っていても、誰も自分の身に降りかかると思わず、孫の事でオロオロするそうです。

50-150万円位を時間指定で振込指示してくるそうです。すぐ近くに犯罪者がいるって怖いんですね。

今回は私の呼び出しじゃなくて良かったです。でも刑事さんて、どうしてデブリとしていて人相が悪いのでしょうか？

やっちゃんと間違えそうでした。

****警察の刑事さんのお部屋にはデブリした人がたくさんいました。（私が事情聴取をされた時の事）**刑事さん、ごめんなさい。

9. おかやま的ココロ

平成22年もついに11月に突入しました。僕もあと少しで三十路を迎えますが、やっぱり月日が経つのが早くなってきた気がします。

格闘技のK-1が始まった頃にすごく人気のあったアンディ・フグという格闘家がいるんですが彼の言った言葉の中で好きな言葉があります。それは**「私は年を取っていくのではなく、年を重ねていきたい」**という言葉です。まだ10代だった僕にも非常にインパクトと深みを感じた言葉でしたが、彼は35才という若さで白

血病により亡くなってしまいました。僕も後5年でアンディ選手と同じ年になるんですよ。そう思うと昔はアンディ選手のことをとても年上と感じていたから不思議です。今自分に子供ができたから思うのかもしれませんが、子供が大人になって子供を産んで、さらにその子供が大人になって子供を産んで、そういった繰り返しの中で偉大な発明だったり言葉だったり音楽だったり色んな進歩があるわけですよ。

さて、今回のおかやま的ココロですが、繰り返される時代によって様々な物が進歩していく中で、ほとんど形を変えずに今でも身近に伝わっているある物について書いてみたいと思います。そのある物とは「篠笛」です。篠笛とはお祭りで使われる竹で作った横笛のことで、祭囃子を思い浮かべるとなんとなくピーヒャラと鳴っているあれですね。指扇のお祭りでももちろん使われています。

そんな篠笛ですが、実はとても単純な構造になっており、けっこう簡単に自作できるものなんです。デキのいい物を作ろうとするとかなりの知識と経験が必要で、名人の域に達する人はあまりいないのが現状です。

しかし作る本数を重ねるごとに味わい深さが出てきますし、篠笛作りは一生熱中できる趣味にもなります。いい物ができれば地元のお祭りで使ってもらえるかもしれませんし、そうなれば地域貢献にも繋がります。そこで今年、熊谷のお祭りに携わっている僕としては、自分で使う篠笛を自分で作ってみようと思い立って実際に作ってみることにしました。

まずは材料となる竹を用意します。種類は女竹、篠竹と呼ばれるほどよい細さで、節間の長

さが45センチぐらいのものがが必要です。口で言うのは簡単ですが、この条件に合う竹は本当に数が少ないです。状態のいい物であれば10万本に1本ほどしかないそうです。できるだけ条件に合う竹を探して採取するわけですね。

僕の場合は、状態の良さそうな篠竹林を見つけてその地主さんの許可を貰って採取させてもらいました。ちなみに採取する竹は3年目の竹がベストです。

竹を取ってきたら天日干しをします。数ヶ月干すことで竹の青みがなくなってくるので、いいきつね色になったら次の段階に進みます。

次に油抜きをします。油抜きは火であぶるかお湯で煮る方法で行います。竹とんぼや竹細工のオモチャを作る時も油抜きは必要みたいですが、油抜きをする意味合いはおそらく同じだと思います。僕は火であぶっていますが、あぶるとだんだん竹の油がにじみ出てきます。あまりやりすぎると割れてしまう恐れもある為、ほどよくやるのがポイントです。

油抜きをした竹は日陰で数年保管し、繊維が引き締まった状態で割れが出なかった物を笛の材料として使用します。

しかし・・・さすがに何年も待ってられないので、僕の場合は油抜きをした竹をそのまま使って作業に入りました。

まずは歌口と呼ばれる息を吹き込む穴を開けます。そのあと竹のお尻の方から順番に指孔を開けていきます。篠笛にはおおまかに2種類あり、唄用と呼ばれるドレミ音階で音が出せるものと、囃子用と呼ばれるドレミ調でない特殊な音階のものがあります。

さらに指で押さえる指孔の数が6穴と7穴の2種類ありますが、この数は使用する用途によって変わってくるので「これが正解」というものはありません。なので、試しに作ってみるぶんにはやりやすい方法で良いと思います。

実際に各地域で使われるお祭りの笛は、吹き方や抑え方も様々ですからね。聞こえ方が全く同じ音でも、色んな抑え方があるから不思議です。

穴を開け終わった後、歌口側に栓をしたら一応完成です。しかし、仕上げの仕方にも本当にたくさんのやり方があるので、何本作ってもまだまだ完成した気がしないのが篠笛なんです。

たがし君が生まれ変わりました。かわいくなつたね！と女子高生の間で人気者になっています。可愛がつてネ！



冒頭で書いたように、篠笛は誕生した時代からほとんど姿や形を変えずに現代でも使われています。外国の笛はだんだん機械化し、メジャーなところでは小学校で習うリコーダー、他にもクラリネットやピッコロといったように、誰でも吹けば簡単に同じ音が出せるようになっていきます。

しかし日本の篠笛は単純に音を出すだけでもコツがあり、口の形や息の太さで微妙に音が変わります。同じ笛でも吹き手が変われば違う音が出ます。それだけに奥が深く、近年では年配の方でも健康の為に篠笛を習う人が増えているみたいですよ。

その延長で篠笛を自作する人も増えているわけですね。僕は今年自作した笛を熊谷のお祭りで使用してみましたが、やはりプロが作った笛と比べると音量がいまいち足りないんですよ。見た目や形は上手く作れても、いやはや、本当に篠笛は奥が深い物です。

さて、かなり大雑把に篠笛作りの工程を書きましたが、もし興味が出た方がいらっしやいましたら気軽に僕に聞いて下さい。僕もまだまだ素人に毛が生えた程度ですが、作業工程は教えられるかと思しますので。それではまた。

10. ほほえみ日記

猛暑が過ぎ、一息ついたらもう冬になってしまいましたね。

今年も店長の人脈のお陰でたくさんの柿を戴きました。無類の果物好きの私には嬉しい限りですが、今日はそのまま食べるだけでなく、ひと味変わったアレンジ柿料理をご紹介します。

◆柿のパウンドケーキ

ホットケーキミックス・・・1カップ
バター（マーガリン）・・・大3
砂糖・・・・・・・・・・大3
卵・・・・・・・・・・1個
牛乳・・・・・・・・・・大1
柿・・・・・・・・・・1つ

◎バターをレンジで溶かし、柿は薄切り。あとはボウルに材料全てを入れて混ぜて、180℃のオーブンで40分焼くだけ！はかり不要で洗い物も少なくて簡単おいしいです☆

◆ほうれん草と柿の白和え

豆腐・・・・・・・・一丁
ほうれん草・・・1把
柿・・・・・・・・1個
砂糖・味噌・すりごま・・・各大1

①豆腐はキッチンペーパーを巻いてレンジで3分加熱

②水切りした豆腐・砂糖・味噌・すりごまをよく混ぜる

③ほうれん草は茹でて2～3cmに切り水気を絞る。柿は食べやすい大きさに切る。

④和えて完成！

普段のサラダに人参代わりに入れると、自然な甘みが出てオススメです。

◆柿のジャム

柿・・・3個

グラニュー糖・・・120～150g（柿の甘さに応じて調節して下さい）

レモン汁・・・・・・・・大1

①鍋に、1cmの角切りに切った柿と、グラニュー糖を入れ、ざっくり混ぜたら30分放置。

②水分が出てきますので、レモン汁を加えて透明感が出るまで灰汁を取りながら弱火でコトコト。（焦げ注意）

③冷めたらトロミが出ます。冷凍可能です！パンやヨーグルトにはもちろん、風邪気味の時は柿ジャムをお湯で割ったり、普段の紅茶に入れて飲むと体も温まるのでオススメです！

これから本格的な冬到来です。きっと今年も新型インフルエンザが流行ることでしょう・・・今のうちから手洗いうがいを習慣づけ、規則正しい生活を心がけて、免疫力のある強い体を作りましょう！



風邪に気を付けようね。手洗い・うがい、小さくても習慣付けましょう。