

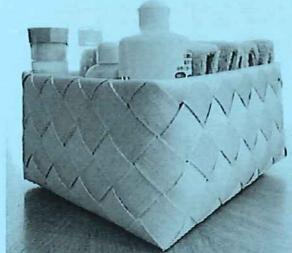
# オガワ便り

リフォームのオガワがとておきの情報を届けします！

リフォームのオガワ  
TEL:048-745-4554

2018 7月号

## 快適 Life



え～  
そうなの？



本物じゃ  
ないのよ！



### これも使える！

水切りマット！マイクロファイバークロスを表面に使ったタイプなどは、吸水性・速乾性もあり、インテリアにもマッチ。洗い物を伏せて乾かし終わったら、収納してしまえば、水切りカゴが不要になりそう。キッチンスペースも広々使えるかも？鍋や大皿が置けるのも便利！



## 社長のつぶやき

皆様、お世話になります。(株)小川代表の小川 隆と申します。

いよいよ暑い季節になってきました。これから8月いっぱい、いやいや9月半ば"ぐらいまで暑くなりそうです。その前に当社では健康診断を行います。血液検査・バリウム検査など色々な検査が待ち構えています。日々の不規則が祟っているか否かが判断される時ですね。良い結果がでればよいのですが…

自身の健康状態を知ることで、猛暑に向かっての対策も考えられます。さまざまな病気の早期発見にもつながる良い機会です。健康維持のためにも、年に一度の健康診断をおすすめいたします。

これから季節くれぐれも熱中症・熱射病には気をつけてお過ごしください。



## かんたんレシピ

### ツナ缶＆枝豆の冷



#### 材料

(1人分)

- 木綿豆腐 1/2丁
- ツナ缶(ノンオイル) 小1缶
- みょうが 1個
- 茄で枝豆(ムキ) お好み
- えごま油 大さじ1
- ゴマだれ(市販) 大さじ1
- ポン酢(市販) 大さじ2



夏の定番、冷奴＆枝豆。2つの食材にツナ缶を加えて、蛋白質たっぷりのオカズになる1品はいかが？ 火を使わないので、暑い日にピッタリです。枝豆の緑が涼やか！

①茄子で枝豆はさやから出す。みょうがは小口切り。水にさらしてほぐしザルにあげておく。

②ボウルに、軽く水気を切ったツナ缶と枝豆を入れ、ポン酢(大さじ1)とえごま油で合わせる。

③豆腐はスライスして皿に並べ、②と刻んだみょうがを乗せる。その上に残ったポン酢とゴマだれを混ぜ合わせてかければ完成。

※お好みでバルサミコや胡麻油、ラー油をかけて。

## 編集後記

関東地方の梅雨明けが早くも発表されました。

6月に梅雨が明けるのは初めての事で、梅雨の期間も23日と過去の1978年と並んでいちばんの短かさだそうです。これから夏本番となり暑い日が続くと思いますので、熱中症にならないよう気をつけ下さいね。

室内にいても熱中症になってしまふ事もあるので、自分は丈夫だと油断せず、水分補給や早めにエアコンをつけるなどして熱中症を予防しましょう。



## information

リフォームのオガワのスタッフが、流れるような連携プレーでお客様のご要望にピッタリのリフォームを成功させます！

株式会社 小川

〒344-0122 埼玉県春日部市下柳1407

TEL:048-745-4554 E-mail:info@lifa-k.com

0120-87-1407

お見積り無料！！  
お気軽にお電話  
下さい！！

編集／江澤・飯田