



## スペースマインショールーム

## 四季の家オープン

皆様のおかげをもちましてスペースマインも10周年を迎える事ができました。たくさんのお問い合わせをさせていただいた事に深く感謝致します。またアピタ西に新しくオープンしたショールームではいつもは完成現場見学会でしかごらんいただけなかった快適で安全な空間づくりを常にごらんいただけるようになりました。

大きくて参考にならないのでは……？いいえ、きっとご自分の大好きな空間を見つけていただける事ができると思います。また活性酸素を抑える空気をショールームでぜひご体感下さい。おいしい空気とおいしいお茶・コーヒーでスタッフ一同お待ち致しております。また矢田町のスペースマインもただ今リニューアル工事中です。以前同様お気軽に立ち寄りいただき何なりとご相談下さい。

暮らし情報誌「住こや家通信」復活！スタッフのおめでたで中断しておりましたが、また新しいスタッフで皆様にお届けさせていただけるようになりました。

皆様のお役に立つ情報を届けいたします。お楽しみに。

10周年記念  
リフォームフェア

12/16・17日にご来場のお客様に抽選で、素敵なプレゼント差し上げます。賞品は当日展示します。ぜひお楽しみに！

素敵な庭を手に入れよう  
「エスティナ」デビュー

- ブロックをとって車が2台入るオシャレなオープンガレージに……。
- 季節の木や花に囲まれたウッドデッキがほしいわ etc
- 「エスティナ」はきっと皆様にガーデニングの大切さと楽しさをおしえてくれます。

健こや家リフォーム後6ヶ月点検訪問  
今回は泉原町Y様邸です

そうじがあまり得意でなかった私が毎日X袋でみがいています。ひのきの建具がいい色に変ってきました。昼は光がさしこみ明るいリビングに夜は床暖房でまるで春のようです。とても快適です。 Y様談

## 1月13・14日 エアバス工法

(エネルギーを使わないパッシブソーラーハウス)

## 次回 完成見学会

矢田町 K様邸

## 住まいのオーダーメイド

## 株式会社スペースマイン

大和郡山市矢田町6418-8

ショールーム 大和郡山市田中町834-1

TEL 0743-58-2801

<http://www.spacemine.co.jp>

お問合せフリーダイヤルお気軽にお電話下さい



0120-58-2803

## Space Mine イベント情報

## 10周年記念 第一弾

## 「奥様が考えた家」見学会

～家族の健康をいちばんに考えました～

場所 スペースマインショールーム  
「四季の家」

日時 12月16日(土)17日(日)  
AM10:00 ~ PM7:00

## 同時開催

開運セミナー 12月16日(土)17日(日)  
PM2:00 ~ 3:00

机の位置をかえるだけでお子様元気ハツラツ！  
成績向上！

石切占術学院院長 橋本古林先生

定員各15名（予約制）

おじいちゃん、おばあちゃんもお孫さんの為にきてあげて下さい

## 自然素材で遊ぼう

- ①エコロジー素材、スイスのぬりカベ材を使ってフォトスタンドを作ろう。
- ②有害化学物質を一切含まない自然塗料「リボス」を塗って小物を作ろう。

## IHコンロ体験教室

X'masお菓子づくりフェアー  
何ができるか当日のおたのしみ。

## 住宅資金相談会(三井住友銀行)

毎月のローン返済はいくら位になるの？お知りになりたい事何でも御相談下さい。



## くらしの中の健康元氣づくり 寝る前に疲れを取りましょう

冬は寒さのために、体温調節がうまくできない、血行不良による冷えなどで睡眠の質が低下しがちです。お休み前のひと工夫で心地良い眠りにつきましょう。

### ★ゴロゴロ体操

- 丸めたバスタオルを背骨に沿って縦長にあてる。
- その状態で左右にゴロゴロ転がる。  
大脑を静め、こっている筋肉もほぐす。物足りない時はバスタオル2枚重ねても。



### ★入眠オイル

ラベンダーとマジョラムのオイルをそれぞれ1滴ずつしみこませたティッシュペーパーをたたんで枕元に置く。

鎮静や不眠に効果のある香りに包まれ、リラックスして眠れます。



### ★足裏マッサージ

足裏を親指の裏で強く押したり、足の親指をゆっくりともみほぐします。

全身の血流を促し寝付きが良くなります。

## Cooking

年の瀬は何かと慌しがつたり、人の集まりも多くなります。  
手軽にできる大皿料理をご紹介します。

### ★スペアリブのジャム煮

スペアリブ 約1.5kg(13~15本くらい)

マーマレードジャム 小1瓶

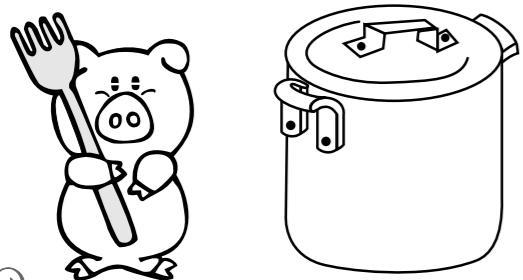
しょうゆ ジャム瓶1杯分

①スペアリブを下ゆです。表面の色が変わったら取り出す。

②肉・ジャム・しょうゆを入れ、ひたひたまで水を加えて中火。

③煮立ったらアクをすくい、弱火にしておとしぶたをし、1~2時間煮る。

ゆで卵を途中で一緒に煮たり、キュウリや大根を千切りにしてつけ合わせに添えると豪華ですよ。



### ★チキン香草焼き

とりもも肉 大2枚

塩・コショウ

ピーマン 4個

オリーブ油



A パルメザンチーズ、生パン粉 各大6  
にんにくみじん切り 2かけ分  
パセリみじん切り 大2  
塩・コショウ 少々

①とり肉は皮目にフォークで数ヶ所刺して穴をあけ、大きめの一囗大に切り、塩・コショウで下味をつける。

②フライパンを熱し、オリーブ油で皮目を下にして焼き色がつく程度に焼いたら裏もサッと焼く。

③耐熱容器にとり皮を上にして並べ、うすくオリーブ油をぬったピーマンも両端におく。

④Aの材料を③の上に乗せ、200℃のオーブンで約20分焼く。

## 年末エコな 大掃除

洗浄力の強い洗剤を使わなくて身近な物で意外ときれいになりますよ。



### ●窓ガラス

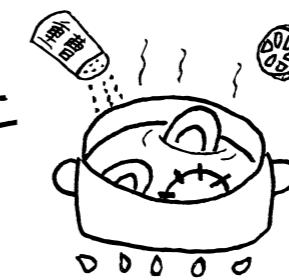
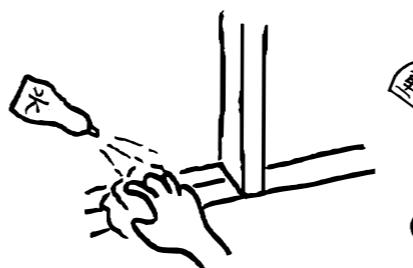
水で濡らしたガラスを丸めた新聞紙でこります。印刷のインクが膜を作り、ピカピカになります。ただし、手は汚れるので軍手をはめてしましょう。

### ●換気扇

粉石けん 大2、酸素系漂白剤 大2をゴミ袋に入れ、40℃のお湯で溶かす。

換気扇を分解して、約2時間つけておく。

**漂白剤は必ず酸素系と表示のあるものを使用して下さい。**  
**塩素系漂白剤は危険なガスを発生します。**



### ●ガスバーナーのキャップ ごとく 汁受け皿

大きめの鍋 (アルミ製は避けて下さい) に1%程度の重曹を溶き、火にかけます (1ℓの水なら10g程度)。

煮立ったら火を止め、そのままゆっくり冷まします。この時、レモンの輪切りを1枚入れたら酸の力でより分解が進みます。

風呂・トイレ・ガラス・油汚れ……用途別に洗剤をそろえると色々な容器で結構場所をとっていませんか。環境への負担が少ない重曹や石けん等は色々な汚れに対応できて多くの洗剤がリストできます。それだけでも家の中がスッキリしますよ。

スペースマインでは人体に無害で河水の浄化につながると言われている**抗酸化酵素入り粉石けん“ピリカレ”**を販売しています。これからこの“住こや家通信”でも色々な用途をご提案していきます。子供達にきれいな地球を残す為一人一人ができる事からはじめてみましょう。お楽しみに！  
(サンプル御希望の方はショールームにて進呈中)

## Let's 手作り 消しゴム印鑑

下絵の輪郭をトレーシングペーパーに2Bの鉛筆でなぞります。

トレーシングペーパーを裏返し、消しゴムにかぶせてこすると絵柄が転写されます。

カッターで図柄を彫ってでき上がり。

色々なスタンプ台があるので好みのものを使って。

年賀状やポチ袋のアクセントにいかがですか。ひいらぎや長ぐつになるとクリスマスバージョンも作れますよ。

