

# 1月7日は七草がゆ

春の七草や餅などを具材とする塩味の粥で、その一年の無病息災を願って食べられます。祝膳や祝酒で弱った胃を休める為とも言われています。

1月6日の夜、あらかじめ用意したセリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロの「七草」をまな板の上に載せ、しゃもじやお玉杓子、包丁の背などで叩いて細かくします。明けて7日の朝に粥を炊き、叩いた七草を入れて七草粥にします。そして朝食として食べます。日本人の智慧は、素晴らしいですね😊



胃に優しい♡

# イシンホーム鯖江店展示場 地鎮祭

鯖江市下野田町にて...  
イシンホーム鯖江店展示場が3月完成予定です!!  
それに向けて、12月20日、地鎮祭が行われました。  
『太陽光発電で楽々ローン』の家です。  
皆様、完成を楽しみにお待ちしております(^▽^)



毎月、進捗状況をお知らせしますね😊



伍代幸夢店

## 大切にしたい暦

あけましておめでとうございます。新しい年の始まりを、穏やかに、そして楽しく過ごされたでしょうか？

毎年この季節になると、初詣やおせち料理などのお正月行事を通して、自分が日本人だということを実感するという方も多いのではないのでしょうか。クリスマスやバレンタインなど外国からのイベントが日常になっているとはいえ、日本古来の風習にふれると、なぜかほっとしますよね。

「正月」とは一般的に、1月1日から3日までの「三が日」や7日までの「松の内」のことを指しますが、元々は明治時代の初めまで使われていた「旧暦」での1月の別名でした。現在使われている「新暦」は太陽の運行を元にしていますが、旧暦は月の満ち欠けと太陽の運行の両方を元にしていました。新暦では地球が太陽を一回りする周期を1年、それを12に分けたのが1ヶ月です。それに対して旧暦では、新月から次の新月を1ヶ月とし、ほぼ12ヶ月で1年としていたのです。そして「二十四節気」というものを設けて、季節との調和をはかっていました。

二十四節気とは、簡単にいうと1年を春夏秋冬の4つに分け、さらにそれぞれを六分割したものです。分割点は、春分、夏至、秋分、冬至と、それぞれの間にあたる、立春、立夏、立秋、立冬、さらにその間に2つずつの目印、例えば1月だと、「小寒」と「大寒」を配置し、全部で24となります。ほぼ15日毎にめぐってくるこれらの目印によって、季節の移り変わりを確認でき、生活の上だけでなく農業や漁業にも役立ちます。さらに、節分や彼岸などの「雑節」と、人日（じんじつ）や端午などの「五節句」を暦上に配置して、昔の人は生活に季節を取り入れてきたのです。

例えば、人日（1月7日）に七草粥を食べたり、小寒（寒の入りで寒さが厳しくなってくる）の頃に寒中見舞いを出したり、あるいは、暦上では新しい年の始まりである立春に気持ちを新たにしてみたり。そんなふうにしていくと、いつのまにか心に余裕が生まれ、気持ちが豊かになります。それは、暦を大切にすることで季節とともに生きてきた日本人の、生活の知恵なのかもしれません。

お正月を家族と過ごすこともまた、暦を大切にすること。上手に季節を取り入れて丁寧に暮らす、そんな1年にしたいものですね。

# 新築祝い



今さの聞けない!

## マナーのプチ講座

Q. 新築披露に招待されたら？

A. 新築披露に招かれた場合、当日新築祝いを持参するか、新居を見てから後日送りましょう。火に関するものは縁起が悪いので、贈るのは避けます。表書きは「祝御新築」「御祝」などとし、水引は赤白の蝶結びを使います。新居を拝見する日ではありませんが、勝手にドアやふすまを開けたり、装飾品にさわったりせず、家主の案内に従いましょう。

会社名 株式会社 伍代工務店  
住所 鯖江市下野田町25-7-2  
連絡先 0778-62-1258 (代)  
ホームページ http://www.kinokanoie.co.jp  
Facebook www.facebook.com/godai.koumnten



『木の香の家』は伍代のこだわり！  
新築・リフォーム・増改築・古民家の再生など  
適材適所を考え 皆様にご提案しています。  
※配信の停止を希望される方は、弊社までご連絡下さい。

新年明けましておめでとうございます！  
今年も伍代幸夢店をよろしくお祈りします。

今年は羊年！！  
羊年生まれの方は...  
人情味のある温かみを感じさせる人♡  
みたいですよ(^o^)



# 2015 January

旬 白菜 大根 セロリ  
さといも やす  
ブリ ほっけ ホタテ

誕生石 ガーネット 石とは... 真実 友愛 中央  
想像力、物事を見抜く能力が高まります。  
活かに溢れ、自信が深まり、目標を達成できます。

## 今月の豆知識!

小豆で祈る幸せな一年  
一月十五日の小正月には、古くから、小豆とお米で、やけた「小豆粥」を食べ「無病息災と厄払い」を願いました。これは小豆には魔除けの意味があるからだと、言われています。

# 『みんなごはんにするよ』

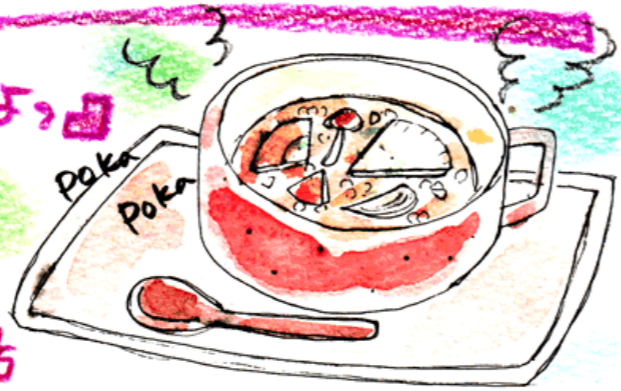
## 豆乳と根菜のスープ

### 材料(4人分)

- 大根 5cm分
- ニンジン 5cm分
- 玉ネギ 1/2個
- しめじ 1/2房
- 小口セリネギ 適量
- オリーブオイル 大さじ1
- 小麦粉 大さじ1
- 酒粕 60g
- 水 4カップ
- 豆乳 1カップ
- 塩 小さじ2
- こしょう 少々

### 作り方

- ① 玉ネギをくし切り、大根、ニンジンを2mm厚さのいちょうセキに、しめじは石づきを取ってほぐす。
- ② 鍋にオリーブオイルを入れて玉ネギを炒め、透き通ってきたら小麦粉をふり入れて弱火にしこげつかないように炒める。
- ③ ②に火が通ったら、ダマにならないように水を少しずつ入れて沸とうさせたら大根、ニンジン、しめじを入れて煮る。
- ④ 酒粕を煮汁で溶きながら入れ、豆乳をかき混ぜ、ひと煮立ちさせ、塩・こしょうで味をととのえ、ネギを散らす。



# 誕生月の占い



- 1月 生まれ** 何事も「偶然」ではありません「必然」です。人・モノ・時間・金・・・何を大切にするのか取捨選択が鍵。
- 2月 生まれ** 思いもしないようなステップアップの変化あり。流れに逆らわなければ違う分野で活躍することに…。
- 3月 生まれ** 吉凶、様々な話が舞い込んできそうですが、意志をしっかりと持つことと、慎重に見極めることが大事。
- 4月 生まれ** 忙しくてもタフにこなせるとき。オンとオフを上手に切り替えられる模様。オフの日にもアクティブに過ごして吉。
- 5月 生まれ** 本音を言うと差し支える可能性あり。指摘されたことはすぐに改善すれば自分の利益になる見込み。
- 6月 生まれ** 暗い表情はNG。コンディションを整えてどんなときでも向上心をキープすることが今月の課題かも。
- 7月 生まれ** 過剰に反応しやすい様子。何かと敏感になっている様子。刺激の少ない食べ物や新鮮な果物がラッキーフード。
- 8月 生まれ** あまり時間をかけない方がよい結果を招きません。今月はリスクを気にせず直感を信じて動きましょう。
- 9月 生まれ** 余力があればあなたにしかできないことを探してみても？トライしてみれば生きがいになる可能性も。
- 10月 生まれ** 日頃のストレスを一掃できるとき。感覚の似た良心的な人たちと安心して過ごすことができる模様。
- 11月 生まれ** 個人プレーは効率が悪いみたい。今月は周囲になじんで安定する見通し。集団に参加して良。
- 12月 生まれ** あなたの発言が波紋を呼ぶことに…。心強い味方が現れ、あなたの繊細な感覚が評価を受けそう。

# Kid's

## 肥満にならないために

家族や親戚が集まるお正月。食べたり飲んだり、ゆっくり過ごされた方も多いと思います。大人も気になる肥満ですが、実は最近子供に肥満が増えてきています。肥満にならないためには、どのような事に関心をつけたらいいのでしょうか。

### ◆肥満の原因

肥満の原因のひとつに食生活が考えられます。スナック菓子は油で揚げたものが多く、おいしい反面、塩分も多め、味も濃くなっています。糖分も多いので、つついカロリーオーバーになってしまいます。ジュースやスポーツドリンクにも糖分が入っているので、お茶代わりに飲んでしまうと、糖分の摂りすぎになってしまいます。また、親が不在などでコンビニやファーストフードなどの、カロリーの高い食事を摂る機会が多い事も肥満の原因になっています。

### ◆遊びの変化も

最近の子供はゲームなどの影響で、昔のように公園などで遊ぶ機会が少なくなって来ています。部屋の中でゲームに夢中になっていると、運動不足になってしまいます。その上塾通いなどで時間がないので、お手伝いもできません。このように動かない事も肥満の原因になっています。

### ◆日々の生活を見直そう

そうした子供を取り巻く環境は、親の生活感が関係しているかも知れません。おとなしいのを理由に、ゲームをさせ放題にしたり、晩ご飯の支度が面倒なので、ついコンビニやファーストフードに頼ってしまったり、親が日々の生活を見直すだけでも子供の生活は随分変わります。放っておくと

肥満にならないためには…?



## すてきおうち計画

～建具にこだわる～

室内で必ず必要なものである建具。(ドア、障子、襖、窓のこと。) たかが建具されど建具。建具の印象によって、お部屋のイメージが大きく変わります。豪華な建具を使うと、リッチなお部屋に。モダンな建具だと、洗練された印

### ◆こだわりは

古民家ドア  
時代劇に出る様なドア。お徳敷もそっくりです。

アンティーク  
ナチュラル  
素材がナチュラルでもオシャレなドア。

開放感あります...

大型ドア  
大きなドアだと、幸せが舞い込みそう。

都会的でモダンな

ハイドアタイプ  
最近人気のある背の高い建具ドア。インテリア性が高い。

すりがスリキ戸  
仕切りの要素が高い。すりがスリキ戸の隣の空間も感じられ開放感があります。

お部屋のアクセントやインテリアの印象も高い建具はぜひこだわりたいものの一つ!