



簡単お料理コーナー



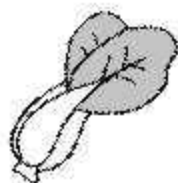
【老化防止に効果あり☆】えびとチンゲン菜のさっぱり炒め

材料(2人分)

- チンゲン菜 2株
- むきえび 6~8匹
- ニンニクの薄切り 2枚
- サラダ油 大さじ1
- 塩 少々
- 片栗粉 少々

- A(塩・こしょう 各少々)
- (しょうゆ 大さじ2)

- チンゲン菜は5~6cmの長さに切り茎は縦に4~6等分に切って芯を取る。
- えびは背ワタを取り、塩・片栗粉少々でもみ洗いし、水けを拭く。
- フライパンに、サラダ油とニンニクの薄切を入れて弱火にかける。香りが立ってきたらニンニクを取り出す。
- 火を強くして②を入れ、色が変わったら①の茎を炒める。
- 全体に油が回ってしんなりしてきたら①の葉と(A)を加えてひと混ぜしたらできあがり!



新築構造見学会のお知らせ

日時：10月26日(土)・27日(日) 9:00~17:00

「これからの暮らしを考えた住まい」米沢市林泉寺にてOPEN!

ポイント

- 太陽光発電と風が通り抜ける間取りで暮らしを快適に。
- ウッドデッキはお友達とお庭を見ながらお茶も楽しめる広々スペース。
- 趣味スペースは、明るく開放的でゆっくり読書が楽しめます。
- しっかりした収納計画でお部屋はすっきりキレイに。



★米沢市内で『予約制の完成見学会』を同時開催いたします。
ご希望の方は本多建設までお申込み下さい。後日、詳しいご案内をお送りします。
★ご来場の方へ小冊子『ハッピーノート』(両日共先着30組)をプレゼントいたします!

詳しくはホームページもしくは10月25日(金)の新聞折り込みチラシをご覧ください!

子育て世代応援住宅研究会 株式会社 **本多建設** 住まいプロ
健康促進住宅研究会 TEL 0238(21)5100 FAX 0238(21)4458
〒992-0047 米沢市徳町7-52 ホームページ <http://www.hondahomes.com>
E-mail info@hondahomes.com



ニュースレター ハーブ

NO.111
平成25年
9月号

陸之助、海の深みにハマル

OBのみなさん、こんにちは!
このニュースレターを初めてご覧になる方には、はじめまして!
本多 作之助です。

今回は私の息子の話をさせて頂きます。名前は「陸之助」(りくのすけ)。平成23年2月10日生れの2歳児です。好きなものは「新幹線」。

今年のお盆休みに家族3人で海に行ってきました。新潟県の瀬波海水浴場という場所です。距離も近いですし米沢市民としては非常に利用しやすい場所ですね。

実は陸之助が生まれた年も6カ月目で海に連れて行きました。もちろん足をつける程度しかできませんでしたが。そして、去年は家族で海に浸かってみました。陸之助はほとんど泣いていたような気がします。そして、いよいよ今年も・・・ということで行ってきました。

まずは抱っこをしながら海に入ると嬉しそうな顔をしました。「これはいけるかな!?!」と思い、抜け落ちないようにしている浮輪に陸之助を入れてみました。すると大はしゃぎで楽しんでいます。

しばらくすると「り〜くん、うみ だ〜いすき!」と言いました。

子供の進歩ってすごいですね! 時おり海水が口に入り「チョッペ! チョッペ!」と言っていました。そんな姿もほほえましいものです。

今年はなかなか休みがとれず、陸之助と朝から晩まで一緒に過ごすことがかなり少なかったのです。しかし、お盆休みの間は朝から晩までずっと一緒に過ごすことができ、私自身も本当に楽しいひと時でした。

ただ、その弊害もあるようで、私が寝っ転がってテレビを観ていると私の真似をして、寝っ転がってテレビを観たりします。足を組んで座っているとなぜか陸之助の足も組まれています。学習は真似から始まるといいますが、悪いところも真似しちゃうものなんですね。

世界陸上のテレビを観ていると、陸之助も「よ〜い、ドン!」と言って、リビングのテーブルの回りを競争します。お相撲さんがテレビにでると「はっけと〜い!」と言って私にかかってきます。

この吸収力、恐るべし・・・

さて、話は海に戻りますが、海の楽しさに目覚めた陸之助は、波打ち際での遊びも覚え、波を追いかけて海に段々と入っていききました。自分の胸の高さまで海に浸かって嬉しそうに騒いでいます。その時に大きな波が・・・

案の定、足をさらわれ転んでしまい、頭まですっぽり海に入ってしまった。すぐに抱きあげましたが、大泣きです。しばらくの間は海に入るのを嫌がりましたが、すぐに回復し、波打ち際をパチャパチャ・・・

この回復力、恐るべし・・・

できることなら、海の楽しさと同時に怖さも覚えてくれるといいのですが、まだまだ楽しさのほうが上回っているようです。これからも様々な体験を通して一緒に成長していければいいなあと思います。



本多作之助



忘れは
いけない
のが陸の
主役ごは
んのお供
です。
納豆・卵
・のり・
明太子・
漬物・ふ
りかけ
などがある
とごは
んが止ま
らなくな
ります。
みなさん
の一番の
ごはんの
お供は何
ですか?



今、栗やきのこの炊き込みごはんもおいしい時季ですね。そこに山形名物のいも煮があれば言うことなしです。また、

爽りの秋、そして新米の季節がやってきました。みなさんごはんとパンどちらが好きですか?
私はどちらかと言えばごはんが好きです。
ふっくらつやつやの炊きたてごはんはそれだけでもおいしいものです。
今、栗やきのこの炊き込みごはんもおいしい時季ですね。そこに山形名物のいも煮があれば言うことなしです。また、



うさぎ

おしゃべり
したいわ



本多建設夏祭り☆2013

738組・1,567名

ご来場ありがとうございました! アスマンジャー

皆様に支えられて、10回目の夏祭りを迎えることができました。ありがとうございました。

迫力満点★
ダンスステージ

会津よさこいチーム「郷人」

九里学園ダンス部



お客さんを巻き込んで、拍手喝采のステージ!

包丁とき・網戸の張り替え

切れ味良くなって
ご飯だし楽になっぺ〜



「まだ暑いから
網戸が活躍
すっぺねー」

BOOM

バクダン菓子

昔なつかしバクダン菓子★



キッズコーナー



「あの金魚さんが
いちばん
かわいいなあ♪」

地域感謝祭

屋台コーナー

「焼きそば焼きたて
うまいよ〜!」



「玉こん
おいしい♥」

「うま
うま♪」



カラくじなしの大抽選会

東北商品!
盛りだくさん!



「何が当たるかな☆」

朝採り野菜市

採れたての新鮮な野菜が大特価!

いらっしゃいませ〜



「安いじゃない!」

大工さんパフォーマンス



大工さんのつくった
ベンチと犬小屋が
完成しました!



木工教室

「何つくろっかなー?」



「私いいこと思いついた♪」

盲導犬との
ふれあい



「頼りになるね★」

当選者と一緒に
上棟式

「ちょーだい」



「ぞーれっ!!」



ディズニーエアチケットGET★



大当たり〜っ♪