



発行所 (株)トムコ くずは・京田辺店
〒573-1105 枚方市南楠葉1-1-26 ☎0120-46-1065
発行人 岡崎明美・原美由紀・松岡サヤカ(リビングパートナー)

スタッフブログ [ラディッシュスタイル](#) で 検索
www.tomuko-radish.jp/



くずは京田辺店店長
亀山 敬太

いつもラディッシュ新聞のご愛読、誠に有難うございます。秋も深まり朝晩はそろそろ暖房機が恋しくなる季節となりました。私は比較的寒い方が好きなので雪山を見たかなと思う今日この頃です。これからの季節は水温が下がり、給湯器に負担がかかります。気になるといふ不具合等を感じることがあればいつでもご相談下さい。さてこの11月からは年で最大のイベント「ガス」が本格的に始まりです。11/14が京田辺ランチ松井山手初開催、11/15が枚方ニトリモール、11/22、11/24京田辺アルプラザにて開催となっております。増税が10月から始まっておりますが、例年よりガスの特典も多くなっておりますので、お出かけついでにご家族、ご友人とご来場下さい。心よりお待ちしております。



健康体操サークル「カトレア」のみなさん



毎週金曜日に開催されている「健康体操サークルカトレア」は、20年以上も続いている楠葉生涯学習市民センターで人気のサークル。メンバーは全員で21名、60代、70代が中心。ほとんどの方が10年以上続けているそう。家庭の事情等で一度休会しても戻ってこれられること。花の王様カトレアのように美しく音楽に合わせて健康維持や体力アップにヘルシー体操を行う。音楽のジャンルは色々で、朝ドラのテーマ曲もあるとか。リズムに合わせて3、4曲を無理をせず自分のペースで続ける。

指導はヘルシーリーダーズ会(会長津留容子先生)所属の先生。先生いわく「私はここに来るとみなさんの明るさとパワーで逆に元気をもらって帰ります」みなさんが常に笑顔、笑顔で体を動かしているの、思わず体が動いてしまう。みなさんにお聞きすると「私はもう20年続けています、メンバーもあまり変わらず楽しいですよ」友達の輪が広がります。親睦会もよくしますよ。動いておしゃべりして食べて参加する事に意義があります。ホールでの空気はいつも和気あいあい。1週間後の開催が待ち遠しい。

※定員に達しているため現在はメンバー募集は行っておりません

この人にスポット



神戸市北区 三浦 美代子さん

着物地や古布を使っておせちなど目にも鮮やかな料理を再現する三浦美代子さん。生地の色や質感を存分に活かして作られた十段重ねの祝儀重が、創刊700号記念「家庭画報大賞」を受賞した。料理旅館に生まれ育ち、美味しい和食に慣れ親しんできた彼女は作品のリアリティを細部に至るまで料理人顔負けの技を発揮する。「お煮しめの椎茸は泥大島で、蛸の吸盤は絞り染め、打掛の赤い松の模様は伊勢海老になり…」イメージ通りの布を探し出すのが何より楽しい作業だと言う。受賞作品は「実は孫のお食い初めのお祝いに」と思い付き、約1ヶ月で仕上げました。たくましく生きて！と願いを込めて重箱

の装飾には陸前高田の力強い本松のモチーフを施した。三浦さんは着物リメイクの達人でもある。型紙を使わず思いのままに布をカットしてへこ帯や大島紬をエレガントなドレスに蘇らせる。着物や帯地、小さなハギレまでも瞬く間に素敵なカタチに仕上げてしまう魔法の手。ふと見渡せば、長い廊下のカーテンが光沢のある正絹の反物だったり、椅子のカバーが白無垢の打ち掛けだったり。家の中も彼女の独創的なアイデアや遊び心に溢れている。「時をかけて紡がれた和の布に強く惹かれます」。布との対話を楽しみながら手際よく作業する三浦さん。彼女の創作の手は止まることのない。



ÄJA KÄJA

住所：神戸市北区山田町西下津井9-4
TEL：078-586-3322
営業時間：平日 11:00~15:30(L.O.15:00)、17:00~21:30(L.O.21:00)
土日・祝日 11:00~21:30(L.O.21:00)
定休日：なし



メニュー

ランチセット	950円~
ディナーセット	2,000円~
お子様セット	750円~
やきめし	900円~
サモサ	500円
パバダム	300円

【テイクアウトも可】

神戸方面へドライブする際におすすめのお店「AJAJA KAJA」。本格的なインド料理が味わえると遠方から足を運ぶお客様も多い。ヒンディー語でAJAJAは「いらっしやい」、KAJAは「食べて」という意味。お店に入るとオーナーのチャンドラさんが素敵な笑顔で迎えてくれる。ここでは50種類以上のスパイスを使った北インドの料理を日本人向けにアレンジして提供している。カレーのベースはチキン、ホウレン草、野菜、マトン、シーフードと様々。お好みの辛さが選べるから子供から大人まで満足できる。一番の自慢は「料理に美味しさの魔法をかける」炭火の土窯。これで焼いたタンドリーチ

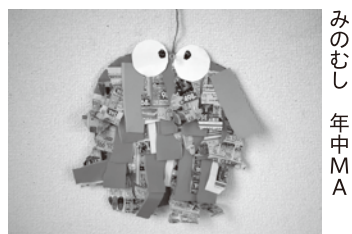
キンは柔らかくジューシー、ナンは表面がカリッと中はモチモチだ。8種類あるナンの中でも1番人気はガーリックチーズナン。香ばしさととろりチーズがベストマッチ！「ティータイムにはチャイと一緒に甘いフルーツナンはいかがですか? チェリーやココナッツがたっぷりつまりますよ」。他にもインド風やき飯やベジタブルサモサ、豆から作られたおせんべいパバダムなど単品メニューも豊富。五千年もの歴史を誇り、薬膳とも言われているインド料理。野菜いっぱいヘルシー、スパイスJAJAのAJAJAの美味しいお料理は日頃の疲れた身体をさうと癒してくれるでしょう。



くずはローズ幼稚園 きっずギャラリー



お月見 年長OK



みのむし 年中MA



どんぐり 年少IG

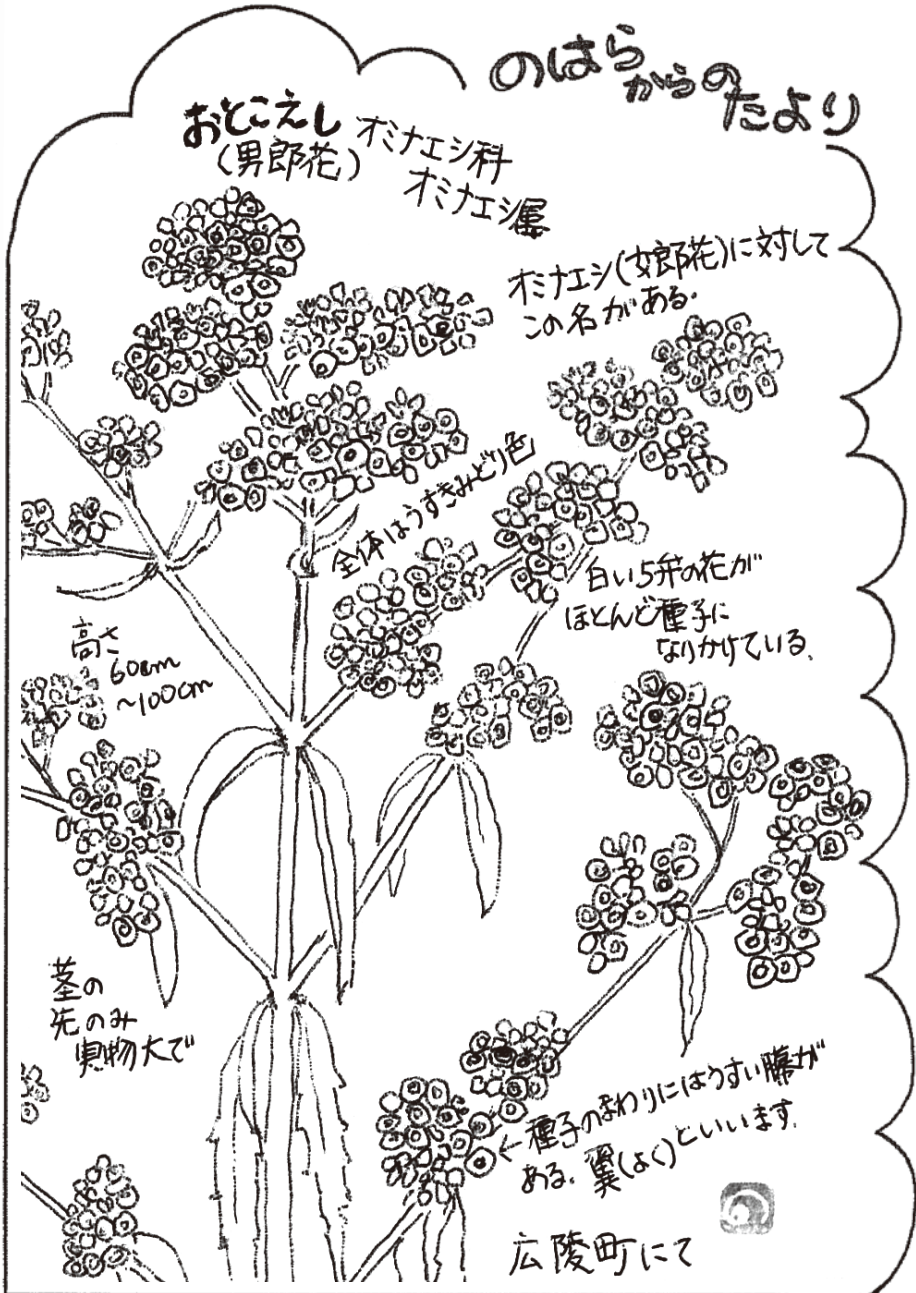
一月に続き、七月末にも韓国から十八名が来られた。同じく「灰谷健次郎の文学紀行」と銘打ち、私が案内役で、神戸と沖繩を六日間の旅をした。前回とほぼ同じ日程で、二日目は「太陽の子保育園」へ行き、灰谷さんゆかりの二人の話聞いた。二日目は「太陽の子」と「兎の眼」の舞台を訪れ、神戸空港から沖繩へ飛んだ。その日は灰谷さんの友人だった人と食事をしながら歓談した。三日目は沖繩南部を巡り、沖繩地上戦の悲惨さを学んだ。そして「太陽の子」に登場する風景を見てから「沖繩ワールド」で遊び、その日の夕食は沖繩民謡のライブを楽しんだ。四日目は灰谷さんの住んでいた渡嘉敷島へ渡り、島内観光で「アリランの碑」を訪ねた。島で亡くなった慰安婦を偲んで日本の人が建立したものだ。献花をし、しばらく黙

祷し、沈黙の中ホテルに帰った。美しいサンゴの海で泳ぎ、満天の星空の下で飲み、「どうして灰谷さんがここに住もうと思ったのかが分かった」と納得して島を離れられた。五日目は自由行動。夜はホテルの庭で円陣を組んで反省会をしてもらった。六日目、私は役目を終え、ホテルで別れを惜しんで泣き、夕夕をして別れた。

もう一つは日本で灰谷健次郎が読まれなくなってきたのは残念だということだ。十年以上も前、私が京都の大学で教えていた百人ほどの学生に聞いたことがある。灰谷健次郎を知っていたのはわずか数名だった。世界がこんなに内向きになり、私だけがと保守的に生きていく時代にこそ灰谷さんの書く、優しい学校教育、人のつながりの大切さを読んでほしいなど切に思う。

今回来られた十八名の中には子どもに関する本を書いている人もおられた。韓国の子どもの事情、教育事情もすごく悪いと嘆いておられ、私たちは灰谷さんから多くのことを学んでいるとおっしゃっていた。学ぶことに国の争いは関係ないとおっしゃっていたのが印象的だった。

(児童文学者 岸本進)



れんこん



蓮の花の華麗な姿とは対照的に泥の中でたくましく育つ。美味しい冬れんこんの季節です。

医食同源

ビタミン・ミネラル・食物繊維が豊富なれんこんには秘めたパワーがいっぱい!

ひと節(約100g)に含まれるビタミンCはレモン3個分! デンプン質だから加熱しても分解されにくい!

ねばねばするものには喉や鼻の粘膜を保護し、風邪菌の侵入を防ぐ働きが!
→2021/3/4訂正

インフルエンザ予防にも最適!

疲労回復、花粉症、アチエイジングなどにも交加を發揮。 恐るべしれんこんパワー! です。

縁起物

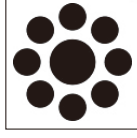
穴から「未来が見通せる」と言われるれんこんはお正月には欠かせない食材。

桂むきの要領で切る蛇籠(しやご)れんこん。令和初のおせち料理にアートな彩りを添えてみてはいかが!



辛子蓮根

熊本の郷土料理の辛子蓮根が誕生して約400年。病弱だった初代藩主、細川忠利公の滋養強壯食として献上されたのが始まりだそう。



細川家の家紋「九曜紋」が蓮根の断面とそっくりなのは偶然でしょうか?

シネマガイド

加賀れんこんを題材にした映画「種まく旅人〜華蓮(ハズ)のかげやき」が来夏公開されます。(主演は栗山千明さん、平岡祐太さん)

農家の後継ぎ問題や農業女子の活躍などをテーマにしたヒューマンラブストーリー-だとか豊かな自然を背景にした広大なれんこん畑も必見です!

辛子蓮根は辛すぎる〜という人は、穴の中身を変えて調理してみよう!

- ・明太子・海老のすり身
- ・クリームチーズ・シーチキン...

★揚げて焼いても美味しいネ。

体の芯までほっかほっか

れんこんスープ (2~3人分)

- (材料)
- れんこん (1cmの輪切り) 150g
 - 鶏もも肉 (ひと口大) 1枚
 - 長ねぎ (斜め薄切り) 1本
 - 生姜 (千切り) 50g
 - 酒 大1
 - 水 1½カップ

- (調味料)
- 醤油 大1
 - 黒酢 大1
 - はちみつ 大½
 - こしょう 少々

- (作り方)
1. 鶏肉をささみと茹でて水を切り、フライパンに入れ酒と水を注ぐ。煮立ったられんこんを加え蓋をして弱火で10分。
 2. 調味料と長ねぎ、生姜を加え、強火で煮立てたら30秒で火を止める

粗熱をとったら... さあ! 召し上がれ! ~

こち5 編集室

れんこんを食べて体を温めた後はほっかほっかで頭の体操を!

「んんんんんんんんん」コタツでみかんを食べながらゆっくり考えてね。

★答えは3面下に記載


ラディッシュイベント

講習時間 10:30~12:00頃
お申し込み ラディッシュ企画編集室
TEL 080-3213-7709
(平日 9:30~15:30)

・お申し込み多数の場合は抽選
・定員に満たない場合は中止になることがあります
・開催中の写真をPR等に使用させて頂く場合がございます

<p>11/15(金) 12/20(金) 2,000円 11/12(火) 12/17(火)</p> <p>目指せ! 美脳! 速読で若返り 水谷恵さん or 河原京子さん 速読はただ速く読むだけではありません。 頭スッキリ!! 美脳を目指して速読の不思議体験してみませんか? 【開催場所】ラディッシュ企画編集室 枚方市南楠葉1-1-26-206</p>	<p>11/20(水) 10:30~13:30 <お土産つき> 3,800円 11/13(水)</p> <p>無水鍋を使った サキコさんの おもてなし料理教室 ~パーティ料理 vol.2~ クリスマスバージョン 山本 三喜子さん TOTO営業マンによる プチ講座付【テーマ】セフィオンテクトについて メニュー ・アボカドとカニのケーキ ・ホワイトスープ ・リコッタチーズのハチミツかけ ・ミートローフリース ・えびのエスニック巻巻き ・バジルの揚げパン デザートもケーキもお楽しみに! 【開催場所】TOTOショールーム枚方 枚方市養父西町20-31</p>	<p>11/21(木) 12/18(水) 1,000円 11/15(金) 12/13(金)</p> <p>毛筆、硬筆 書道体験 どちらでもOK! 富士野尚美さん & 中川朱月さん 講師2人による贅沢なレッスンです。 先生のお手本の中から好きなものを選んで練習できます。 【開催場所】ラディッシュ企画編集室 枚方市南楠葉1-1-26-206</p>
--	---	--

<p>11/26(火) 12/12(木) 2,000円 11/22(金) 12/9(月)</p> <p>スクラップブック 桑原 美津江さん 定員4名 11月・12月 連続で受講された方は2回目は500円OFF!! 11月 12月 【開催場所】TOTOショールーム枚方 枚方市養父西町20-31</p>	<p>11/28(木) 12/26(木) 500円 11/25(月) 12/23(月)</p> <p>初心者のためのウクレレ教室 谷口 真佐子さん 楽器を触ったことがない人でも大丈夫!! 自分の奏でる音色に癒されますよ♪ 【開催場所】フラショップ フナレア 枚方市楠葉花園町3-14</p>	<p>12/4(水) 11:00~13:00 800円 11/27(水)</p> <p>お手軽クッキング with ラディッシュスタッフ TOTO営業マンによる プチ講座付【テーマ】節水について メニュー ・若鶏のグリル ・じゃがいものミルクバター煮 ・サラダ ・炊飯鍋で炊くごはん 【開催場所】TOTOショールーム枚方 枚方市養父西町20-31</p>
---	--	--

<p>12/5(木) 11/28(木) 500円 11/28(木)</p> <p>ストール巻き方講習会 ストールトミーさん 自宅で眠っているストールはありますか? 簡単ステキなアレンジ法を学んでオシャレを楽しみましょう。 【開催場所】ラディッシュ企画編集室 枚方市南楠葉1-1-26-206</p>	<p>12/11(水) 10:30~13:30 3,800円 12/6(金)</p> <p>無水鍋でおせちレッスン 山本 三喜子さん 定員6名 おせちの作り方 学んでみませんか メニュー ・伊達巻き ・えびのつせ煮 ・紅白なます ・栗きんとん ・テリーヌ ・豚の角煮など 【開催場所】講師自宅 枚方市楠葉美咲 ※詳細はお問い合わせください</p>	<p>12/12(木) 13:30~14:30 500円 12/9(月)</p> <p>健康フラダンス 谷口 真佐子さん 初めての方でもその日に1曲通して踊れるようになりますよ♪ 一緒に楽しく体を動かしましょう。 【開催場所】フラショップ フナレア 枚方市楠葉花園町3-14</p>	<p>LINE@からもお申し込み可能 下のQRコードを読み取って頂くと簡単にお申し込み頂けます。 </p>
--	--	--	--

くずは文化祭
2019年11月23日(土)・24日(日)
【時間】10:00~15:00 入場無料!
【場所】楠葉生涯学習市民センター

みんなのステージの部 三味線、ハーモニカ、詩吟ダンス、フォークソング、ゴスペルなど
みんなの作品展の部 絵画、書道、写真、墨絵折り紙、プリザーブドフラワーハーバリウムなど

23日 フレッシュ野菜プチマルシェ、秋バザーブックカバーを作ろう、くずはサロン
24日 ひらまなハーブカフェ、絵本読み聞かせパステルアート、フォトオーナメントづくりレジンで箸置きづくり
他にも楽しい催しを多数ご用意しています♪
※詳細はお問い合わせ下さい。
楠葉生涯学習市民センター 電話: 050-7102-3131

くずは文化祭 出店します!
11月24日(日) 10:00~15:00
楠葉生涯学習市民センター 第1集会室にて

ワークショップ各ブース先着10名様様に
米粗品プレゼント♪
お子様にはバルーン
ご用意して待ってます!!

パステルアート
松岡 川原子さん
オシャレなクリスマスカード☆
15分程度で作れます
参加費: 500円


フォトオーナメント作り
桑原 美津江さん
クリスマス柄のとてもかわいいオーナメント!
プレゼントツリーののびにいかがですか
参加費: 1個 300円
21個 500円


編集室よりお知らせ

・次回のひらまなロビーカルチャーvol.3は1月に開催予定!
・新イベント「酵素ジュースづくり」を次号新聞にて掲載予定。ご期待下さい!!

他にも *レジン de 箸置きづくり with ラディッシュ スタッフ (21個 500円)
ラディッシュイベントでいつもお世話になっている谷口真佐子さん、フラサークル Mere wahine (メレワヒネ)で「みんなのステージの部」にて発表されますよ♪
お楽しみに!!!

トムコのリフォーム

株式会社トムコ <http://www.tomuko.co.jp>

- 森田 本店 0120-86-1065
 - 西鈴蘭台店 0120-86-1870
 - 三木店 0120-86-8766
 - 須磨・長田店 0120-78-1065
 - 垂水・西神店 0120-19-1065
 - くずは・京田辺店 0120-46-1065
- ★随時リフォームの見積りを致しております。
- ・大阪ガス認定工事会社
 - ・一般建設許可業者
 - ・神戸市給水排水指定工事店

マンション 全面リフォーム 快適な住空間に



今回ご紹介するのは、神戸市I邸のマンションリフォームです。

現在、郊外の戸建てにお住まいのI様ご夫妻、セカンドライフはここで!!と、ご主人様が長年仕事で使っておられた街なかのマンションを全面改修されました。

間取りを変更して 開放的な空間に

- ・LDKと和室の間仕切り壁撤去
- ・建具の撤去
- ・天井・壁・床を取り替え和室を洋室に

和室を解体し、LDKを広々としたワンルームにリフォーム。(図面A)

バルコニーからの光が、部屋の奥までさしこみ、さわやかな風が家中をサーッと通り抜けるようになりました。

夫婦2人だと部屋数もあまりいらないので、思いきってワンルームにしました。明るく開放感のある部屋になって嬉しいです。



浴室拡張

0.75坪から 1.25坪へ TOTOサザナ



設置したシステムバスは、今住んでいる家をリフォームした時と同じTOTOサザナを選択しました。

浴室と背中合わせに位置していた和室の押し入れ部分を潰して(下写真斜線部)浴室側に取り込み、広さを確保(図面B)

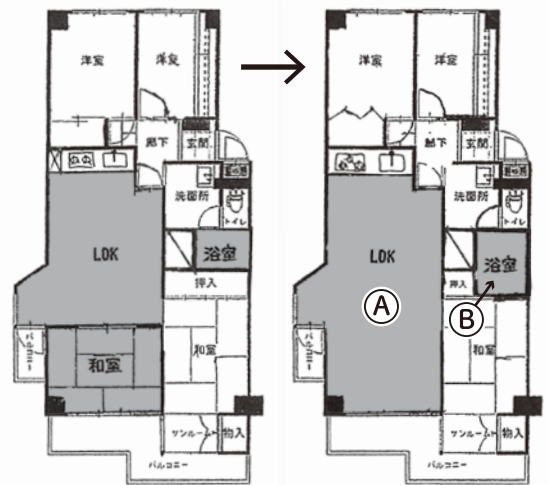
保温力など機能面の良さを実感していたので、システムバスは迷わずサザナを選びました。浴室が広くなりゆたりに足を伸ばせるバスタブになって大満足です。



I邸プラン

BEFORE

AFTER



[築35年] 総工費 600万円

- ・LDKのワンルーム化
- ・浴室拡張 (TOTOサザナ)
- ・キッチン拡張、交換 (LIXILアレスタ)
- ・その他、全室クロス貼り替えなど



営業 工藤 真司

設計

福田 恭子



マンションのリフォームでは、柱や配管など、どうしても動かさない部分があります。

様々な制約の中でいかにお客様のご要望を満たすことができるかを常に考えて設計しています(福田)



施主様から ひとこと

担当の工藤さんとは、戸建ての方の浴室や洗面所をリフォームしてもらったからのおつきあいです。

彼の誠実な対応を信頼して何かの時にはいつもお願いしています。

着工前は自分達が住むつもりでリフォームの話を進めていたのですが、どうやら東京から帰ってくる息子夫婦の新居になりそうです。♡