

June 2015
6月
No.35

- 6/20 奥津軽虫と火まつり（五所川原市大町通り～岩木川河川敷）
- 6/20 第10回古都ひろさき花火の集い2015（弘前市岩木川河川敷運動公園）
- 6/21 三沢アメリカンデー（三沢基地正面ゲート付近）
- 6/21～7/20 花菖蒲まつり（手作り村 鯉ヶ郷 りそうきょう）
- 7/4～5 A-line2015 青森クラフトフェア（モヤヒルズ オートキャンプ場）

Interior design

今月の気になる時計
DEL SOLE

栄光を発する時計

『DEL SOLE(輝く太陽)』の名の通り、あまりにまばゆい光を放つ壁掛け時計。フレームには本物の金箔をあしらっており、圧倒的な輝きと雰囲気を読んでいます。



湾曲した縁のデザインも美しく独特で、フィレンツェの職人の技術の高さを伺わせます。また、金色が風水的に最高のカラーであることは、言うまでもありません。6月10日の時の記念日にちなんで時計をご紹介します。

DEL SOLE
サイズ：直径40cm(文字盤部分の直径26cm)
カラー：ORO(金色)
製造：イタリア
価格：¥24,840

電気代を節約

- 電灯契約を見直してみよう！（オール電化住宅以外の方）
昼間ほとんど家がないのであれば、時間帯割引契約を利用すると、「やくりナイト8」では夜11時から午前7時までの電気代を70%～80%OFFにする代わりに、その他の時間帯が約30%ほど高くなるという割引です。人によっては、劇的に電気代の節約が可能です。
- 契約アンペアを下げると基本料金が安くなる
基本料金は契約アンペアによって高くなる。ただし、節約するためには家電製品の同時使用をした場合にブレーカーが落ちてしまう事も、同時に使わないようこまめに電気を消すことでも電気代の節約になるかも。
- 待機消費電力を節約する
節約では待機電力をおさえる方法が最も有名な方法だが、月々いくらかの電気代がかかるかご存知でしょうか？実は電気代の約10%が待機電力です。
待機電力カットの方法としては
①スイッチ付の省エネタップ（使わないコンセントのスイッチをコンセントから抜くことなくまめにOFF出来ます）
②ブレーカーを落とす（普段使わない部屋があるのであれば、ブレーカーを切っておくという手もあります）
- エアコンの電気代を節約する
①室外機に専用カバーをかける（室外機周辺の温度が高すぎたり低すぎたりすると鵜余計に電気代がかかります）
②フィルターを掃除する（1ヶ月に1度はホコリを取るようになると、1年間で約1,000円程の節約と、エアコンの寿命が伸びる）
③冷房は設定温度を高めにして、「弱」ではなく「自動」にしよう（設定温度に達した時、弱から微風状態になります）
④設定温度を見直そう（設定温度を1度上げるだけで約10%の電気代節約になる。暖房時は2度低くすると約10%の節約。）
- 冷蔵庫の電気代を節約する
①温度調整を見直そう（強から弱に変えると約20%の節約。季節に合わせて温度を変えよう）
②物を詰めすぎない（食材でいっぱい冷蔵庫は1年間に6,000円も電気代がかかっているかも。逆に冷凍庫は食材でいっぱいしよう）

あじマリネ

鰯料理第二弾。鰯大好き！



材料(2人分)

鰯	2尾
にんじん	1/2本
玉ねぎ	1/2コ
オリーブ油	大2
塩	少々
胡椒	少々
にんにく醤油	大2
ごま油	大1
ごま	少々

- 鰯を3枚におろし、皮をはぎ、骨を抜き、削ぎ切りする。
- 玉ねぎ、にんじんは細切り。
- 1、2を混ぜ、調味料(ごま油・ごま以外)を混ぜ、冷蔵庫で1時間くらい冷やす。
- 食べる前に、ごま油、ごまを降る。
次の日の朝食食べても、味がしみてて、おいしいです！