

October 2015

10月



No.39

- 10/10~11 赤そば花まつり（アグリ）の里おいらせ）
- 10/17（土）ハロウィンフェスタinMISAWA2015（三沢アーケード商店街）
- 10/17~18 十和田駒フェスタ（中央公園緑地）
- 10/29~11/3 八戸菊まつり（八戸市庁前市民広場）

Interior design

今月の気になるランプシェード



花や葉の形が細かく貫かれたメタルシートを、ツルが絡まるように電球に巻き付け完成するランプシェード。オブジェとして楽しめることももちろん、点灯時にはメタルシートに光が乱反射し、シャンデリアに引けを取らない程美しく、エレガントで暖かな光を提供してくれます。秋の夜長に柔らかな間接照明でリラックスしてみたいはいかがでしょうか？



ランプシェード
サイズ 直径28×H31cm
素材 アルミ、スチール
価格 5,940円(税抜き)

お金を掛けずに手づくり「キッチンちょい掛けスツール♪」

今回はスツール作りに挑戦してみました！

まずは土台となる足を作ります。今回は集成材をカットしました。ナナメが難しければ、まっすぐでOK！ホームセンターでもオーダーでカットしてもらえるところもあるようです。

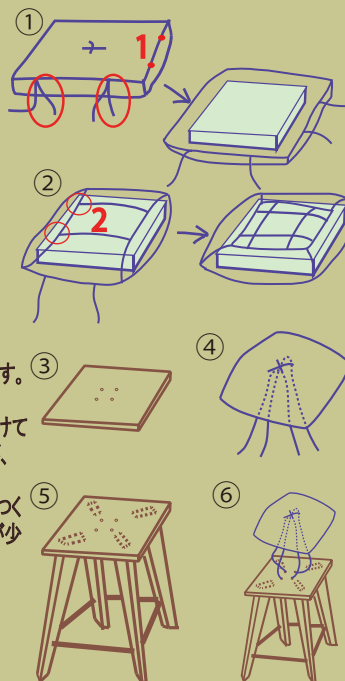
キッチン用なので、座面はちょっと高めに設定します。ベニヤを250mm角にカットし、ウレタンフォームも同じ形にカットします。100均で調達してきた薄い座布団をカットしたウレタンに固定します。固定には座布団についている紐を利用します。

①赤丸の紐を一本ずつカットして1に縫い付けます。
②ウレタンを巻き込むように座布団でぐるみ、紐を2に縫い付けます。反対側も同様に縫い付けます。

お気に入りの生地でクッションを包みます。わたしは着なくなった服を利用しました。パッチワークにしてもかわいいです。
③ベニヤに穴を4カ所あけ、ベニヤも布でぐるみます。

④クッションとベニヤを固定するための紐をあらかじめクッションに取り付けておきます。座面にボタンを出す場合は生地を包んだ後で紐を通しますが、座面に紐を出したくない場合は生地を包む前に紐を通します。
⑤足とベニヤを組み合わせます。ベニヤ側からのビス留めでは脚がぐらつくので、足同士も固定した方が良いみたいです。可能なら下の方が揺れが少なくなります。

⑥足が出来たら④の紐をベニヤの穴に通し座面の裏側で縛り固定します。足の裏に滑り止めのゴムを付けて完成です！ベニヤにクッションをのせる際に強力な両面テープを貼ってから貼るとクッションが滑らずしっかりとります。



お手軽カルパッチョ丼



材料 (4人前)

- マグロ刺身 8切
- サーモン刺身 8切
- ホタテの貝柱刺身 4個分
- アボカド 1個
- サラダ菜かサンチュ 2枚
- 白ごま 少々
- 青シソ 適量
- わさびドレッシング 適量

お刺身だけじゃ物足りない！ボリュームで手軽！簡単10分で作れちゃう♪

- 1 お刺身食べやすい大きさに切る。
- 2 アボカドをサイコロにカットする。
- 3 ボールの中にさしみとアボカドを入れ、わさびドレッシングで和える。
- 4 お皿にご飯を盛り付け、白ごまをお好みでふりかけ、サラダ菜をちぎりまんべんなく敷きつめ、その上に3を盛り付けます。千切りした青シソを真ん中に乗せたら完成です。