

ようやく日中の陽射しもやわらぎはじめ、春の花も咲きはじめました。何かと落ち着かないこともあるけれど、季節の便りは変わらず届き。また平穏へと戻っていくのでしょうか。住まいのお役立ち情報は皆様の心も体も暖かな生活を応援します。

春スタートはオーガニックインテリア



自然素材を使用したり、モノを捨てずにリユース・リメイクをしたりなど、エコロジーな住空間作りの意識。

人や環境に優しくより健康で快適に暮らせるようにオーガニックなインテリアの実践はいかがでしょうか。



漆喰の壁。

素朴でナチュラルな漆喰の壁は、時流に乗っています！お部屋の有害物質や悪臭の原因になるアンモニアなどを吸着分解してくれるそう。

素朴でポコポコとした手作り感あふれる風合いも優しい印象。見ためも機能も◎。



花手水（はなちょうず）。

寺社が考案した、コロナ禍で生まれた癒やしのトレンド。

和風の手水鉢にかぎらず、ガラスにパッと春のお花を浮かべるのもキラキラきれい。優しい気持ちにさせてくれます。



デンマークのアンティークブランド。

1886年創業のデンマーク最古のスーパーマーケットで知られる「irma（イヤマ）」。

オーガニックや自然素材のものを多く取り揃え、ナチュラルかわいい雑貨がお部屋の雰囲気にもピッタリです。



春は多肉植物。

今のシーズン、ふりふり元気の良い多肉植物がいっぱいお花屋さんにならびます。

サビサビにさせた空き缶を鉢にリメイク。みずみずしい緑とシャビーな缶の対比が映えますね。

☺ 春のお掃除、スプリング・クリーニング

スプリング・クリーニングという言葉を知っていますか？

日本ではあまり馴染みのない言葉かもしれませんが、欧米では一般的な習慣で、文字通り「春の大掃除」を意味します。

寒さも和らいだ春の季節は、実は大掃除にピッタリの季節。



☺ スプリング・クリーニングの3つのメリット

- ① 暖かい陽気の中でお掃除するのは気持ちがよく、身体にも負担なくできます。
- ② 新学期や入園入学、転勤などの生活が変わる衣替えシーズンにまとめてお掃除できるのが効率的です。
- ③ 梅雨入り前にホコリや汚れをキレイにしておくとかび対策に効果的！

☺ お風呂

- ① 入浴後、浴室が温かいうちに皮脂やアカ汚れを洗い流す。
- ② 温度を下げ、湿度を減らす。
水シャワーを浴室全体にかけ、浴室の温度を下げる。
タイル等についた水滴は拭き取り、洗面器や椅子等も水分をとって浴室外へ出します。
- ③ 浴室の窓を開けたり、換気扇をまわすなどして乾燥させます。



☺ キッチン

シンク・排水口の「ヌメリ」の正体はカビをはじめとした細菌や酵母などで、食材のカスや生ゴミを栄養にしています。

まめにお掃除をして、必要に応じて排水管クリーナーを使ったり除菌をします。

※アルカリ性と酸性の洗剤などを混在させると塩素ガスが発生し大変危険なので使用の際は注意書きを読み、換気をして正しい使用をしましょう。



☺ クローゼットや靴箱、押入れ

湿気は下にこもるので、すのこを併用して市販の除湿シートや除湿器をセットするのが効果的。

晴れた日に布団を干し、衣類や靴はホコリをチェックして陰干し。

収納にモノを詰めすぎても湿気がこもる原因になりますのでご注意ください。



旬のタケノコと小松菜カレー風味キッシュ♡

今旬の筍と小松菜をたっぷり使った栄養満点キッシュです♡
隠し味のカレー風味がたまりません！



材料 (4人分)

小松菜	1束
筍の水煮	100g
ベーコン	80g
塩	小さじ2分の1
胡椒・ナツメグ	適量
カレー粉	小さじ4分の1
卵	4個
牛乳	200ml
オリーブオイル(炒め用)	大さじ1
ニンニク	1かけ
とろけるチーズ	80g



作り方

- 1 小松菜は塩少々入れた湯で茹で、茎と葉の部分に分ける。
茎は1cmくらいの大きさに切る。
- 2 葉の部分はよく水気を切って、2cmくらいに切る。
- 3 ベーコンは1cmくらいのサイコロ状に切る。
- 4 たけのこも1cmくらいのサイコロ状に切る。
- 5 フライパンにオリーブオイルとニンニクを入れて香りがたったら、
ニンニクを取り出す。
- 6 5に1の小松菜の茎とベーコン、たけのこを入れ、
塩、コショウとナツメグも入れて炒める。
- 7 卵を良く溶き、そこにカレー粉と牛乳を加えて良く混ぜ合わせる。
- 8 4の具の粗熱が取れたら、耐熱容器に入れる。
- 9 8に7の卵液を注ぎ、軽くかき混ぜる
- 10 9の上に2の小松菜の葉をのせ、
さらにチーズをのせてオーブンで180度20分程度焼く。



コツ・ポイント

具の大きさを揃えて切ってください。
切って炒めて混ぜて焼くだけのキッシュです♡
パイ生地を使用したり、大きな耐熱容器で作るとおもてなし
風にできちゃいますよ！



シバヒカルがゆく!

広がる! 大人パワー! の巻

成人年齢が4月1日
から18歳になりますよ



えっ! じゃあ
お酒飲んでも良くなる?



お酒はまだだめだし
タバコも20歳からだよ



でも部屋を借りる契約は
できるんだって!
あと色々国家資格取れる
みたい!
ふぉ!



成年年齢引き下げで変わること・変わらないこと

成年年齢が2022年4月1日から、現行の20歳から18歳に引き下げられます。約140年ぶりに成年の定義が見直されることで、私たちの暮らしにどんな影響があるのでしょうか?

成年年齢はいつから変わる?

現在未成年の方は、生年月日によって新成人となる日が次のようになります。

生年月日	新成人となる日	成年年齢
2002年4月1日以前生まれ	20歳の誕生日	20歳
2002年4月2日から2003年4月1日生まれ	2022年4月1日	19歳
2003年4月2日から2004年4月1日生まれ	2022年4月1日	18歳
2004年4月2日以降生まれ	18歳の誕生日	18歳

近年、公職選挙法の選挙権年齢や憲法改正国民投票の投票権年齢を18歳と定めるなど、18歳、19歳の若者にも国政の重要な判断に参加してもらうための政策が進められてきました。こうした中で、市民生活に関する基本法である民法でも、18歳以上を大人として扱うのが適当ではないかという議論がなされ、成年年齢が18歳に引き下げられることになりました。なお、世界的にも成年年齢を18歳とするのが主流となっています。



18歳(成年)になったらできること

- 親の同意が無くても契約できる
 - ・携帯電話の契約
 - ・ローンを組む
 - ・クレジットカードを作る
 - ・一人暮らしの部屋を借りる など
- 10年有効のパスポートを取得する
- 公認会計士や司法書士、医師免許、薬剤師免許などの国家資格を取る
- 結婚
 - ・女性の結婚可能年齢が16歳から18歳に引き上げられ、男女とも18歳に
- 性同一性障害の人が性別の取扱いの変更審判を受けられる

※普通自動車免許の取得は従来と同様、「18歳以上」で取得可能



20歳にならないとできないこと(これまでと変わらないこと)

- 飲酒をする
- 喫煙をする
- 競馬、競輪、オートレース、競艇の投票券(馬券など)を買う
- 養子を迎える
- 大型・中型自動車免許の取得

発行店 情報

