

あなたの街のでんきやさん 毎月20日発行

テライ通信 2013年
10月号
 さわやか♥ライフ
テライ 本店
 TERAIDENKI
 大津市松本2丁目11-17 ☎ 522-2532
 FAX 524-3934

 当店のホームページ、ブログをぜひご覧下さい。
 スタッフ皆でせっせと更新中！

大津 テライで、検索

<http://www.alldenka.jp/teraidenki/>

暑さも一段落して秋めいてきましたね。秋といえば食欲の秋・スポーツの秋ですよ！オリンピックが東京に決まり、最近ではスポーツをしない若い人が増えているのでこれを機にスポーツに関心を持つ人が増えるといいですね。私はスポーツはするのも見るのも大好きです。学生時代はバレーボールやテニスをやっていました。(決して上手くはないですが...) 最近はヨガにハマってます!! (忙しくてなかなか行けないのですが...) スポーツで流す汗ってすごく気持ち良くてリフレッシュしますよね。2020年の東京オリンピック、是非見に行きたいと思っています。


 TOKYO 2020
 APPLICANT CITY

寺居 かおり

私のイチオシ! 商品

今回のイチオシは、「電気ケトル」です！電気ポットを使って一定量保温しておくほどお湯を使うわけじゃない・・・でもヤカンなんかでいちいち沸かしてられないし・・・そんな方にこそ最適なのが電気ケトルです！スイッチを入れてから約1分！ちょっと他の事をしている間に沸いてしまいます。必要な時に必要な量だけ沸かせるので、電気代もかかりません。1日2回沸かしたとしても、電気ポットの約10分の1の電気しか使いません！パナソニックの電気ケトルなら倒れた時もこぼれないロック機能付き！万が一の火傷の心配がありません。



岩見 一央

今月の新製品情報

今回は新しいタイプのスピーカーを紹介したいと思います！天井に設置するタイプで、右の写真のように現在使っている照明器具と組み合わせで設置します。天井の配線器具を利用するので配線作業も不要です(o^-)b イヤホン端子がある機械ならスピーカーとつなぐことができますので、テレビはもちろん、ラジオやCDラジカセなどつなぐことができます！スマートフォンならダイレクトにつながります！天井から360度に音が広がるのでテレビから離れていても聞こえやすいです(^-^)さらに、付属のリモコンでリモコンが無かった照明も入り切りできるようになります。横江 晴奈



設置例：ペンダント

設置例：シーリング

発掘! そんな商品あったんだ

最近、自然災害が多いですよ。特に雷は家電製品に多大な影響を与えます。突然の落雷でパソコンやFAX他、大切なデータが破壊されたら大変です。そこでオススメしたい商品がパナソニックの「かみなりブロックタップ」です。こういった原理かといいますと、落雷によってコンセントにきた雷サージがこの「かみなりブロックタップ」を通じてFAXやパソコンの通信線へと逃がすことで大切な機器やデータを守ります。(直撃電・強力な誘導電に対しては機器を保護できない場合があります。) 山脇 康宏



ホームベーカリー



旬のさつまいもでパンを作ろう

対応機種：天然酵母食パンコース搭載機種

さつまいもたっぷり
黒砂糖パン



◎材料（1斤分）

- 強力粉・・・300g
- 水・・・180cc
- 黒砂糖・・・大スプーン2
- 砂糖・・・大スプーン1
- 塩・・・小スプーン1
- ビール酵母パン種生種・・・大スプーン2
- さつまいも・・・100g

※ホームベーカリー付属の計量スプーン使用

◎作り方

- ① さつまいもを5mm角のサイノメに切る。
- ② パンケースにビール酵母パン種生種を入れる。
- ③ さつまいも以外の材料を入れる。
- ④ さつまいもを自動投入容器に入れる。

※自動投入の容器にさつまいもが入りきらない機種は、捏ねが終了した段階(スタート後30分くらい)にフタを空けて、さつまいもを投入して下さい。

- ⑤天然酵母コース→メニュー「食パン」を選択→「レーズン」あり、を選んでスタート。

豆知識

さつまいもは、食物繊維をはじめ、ビタミンC、ビタミンB群が豊富な野菜です。特に食物繊維は、いも類の中では一番多く、便秘の改善や予防に効果的な栄養成分です。また、ビタミンCの働きで、肌のメラニン色素が減り、肌のハリも良くなると同時に、老化やガンの予防効果も期待できます。さつまいもを切ると、切り口から白い液体が出てきますが、これは「ヤラピン」という栄養成分で、腸の働きを整える整腸効果があります。その他、さつまいもには、ビタミン以外にカルシウムやカリウムなどの栄養も、多いというメリットもあります。

ベランダの環境づくり

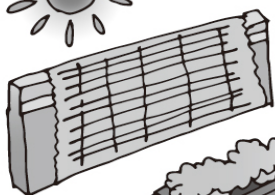
●コンクリートに鉢を置く時は...

木製のすのこを敷いたり、鉢の下にレンガを置くなど、コンクリートに直接鉢を置くのは避けましょう。(すのこなどを敷く場合は、避難用のハッチをふさがないように注意しましょう。)



●日射し対策

ベランダは朝日や夕日を遮るものがないので、よしくずで少し陰を作ったり、手すり部分にすだれをかけるなどしましょう。



●乾燥対策

ベランダは、ひさしがあるため雨水が植物にかからず乾燥しやすい環境です。時々株全体に水をかけて根からの水分吸収のバランスを保ちましょう。



秋から育てるおすすめ野菜

ほうれん草

酸性土をきらいますので、新しい土を用意します。石灰か草木灰を撒いて土壌の中和が必要です。種まきは8月中旬～11月中旬、収穫は9月下旬～3月上旬です。



小松菜

1年中栽培でき育て方も比較的やさしく、温暖な時期は20～30日で収穫できる野菜です。20cmほどに成長したら収穫できます。



ラディッシュ

品種が豊富で色や形もさまざま。二十日ダイコンとも呼ばれる別名通り、20日あまりで収穫できる栽培期間の短さも魅力です。

