

笑顔



秋桜



10月のニューズレター

Vo. 92

天高く馬肥ゆる秋。実りの季節を迎えました。(神無月)

(株)迫広砕石

大阪でブーム!“キムラ君”

“キムラ君”とはキムチと食べるラー油を味付けに使った料理のこと。

大阪、難波「釜たけうどん」を中心に広まり、現在大阪だけで76もの店舗で提供されています。

「釜たけうどん」特製
キムラ君うどん

“キムラ君”が合う料理

ピザトースト



素揚げ野菜



トンカツ



材料(1人分)

うどん250g 豚バラ肉50g 白菜キムチ50g 食べるラー油10cc
A [万能ねぎ(小口切り) 小さじ1 しょうが(すりおろす) 小さじ2 いりゴマ適量]

つくり方

- ① 豚肉を湯でおいし、うどんを袋の表示どおりゆで、湯をきる。
- ② 器に①のうどんと豚肉を盛り、Aとキムチを添え、ラー油をかける。

飲む点滴と評判の「甘酒」パワー

発酵食品のよさが見直されるなか、甘酒の健康効果に注目が集まっています。食物繊維やビタミン・ブドウ糖・必須アミノ酸といった体に不可欠な成分が豊富で、その栄養の高さは“飲む点滴”といわれるほど。代謝促進や便秘・解消につながり、朝食やあやぐ代わりに取り入れれば、カロリーダウンも期待できます。

おが家のお母さん

少し肌寒い日のことです。おが家のお母さん、今日は豚汁!の気分。夕方は子供の習い方があり、送迎でバタバタしました。その中で作った豚汁ですが、家族に好評でした。(ホッ)嬉しくて、母「豚汁の早く作る方法おあかたんよー」父「あかった!ばあちゃんに3時位、電話して「豚汁作って下さい」と言うんじゃーが、どりゃー早いわ」と笑いなから冗談を言う。子供達「やっぱりー、ばあちゃん作ったと思っただ、本気にする子供達。(モー!!! 違うけど、おいしいって事では。次も野菜をレンジで温めて、時短豚汁作っちゃあー。)

句題 まちがい 9ヶあります。

暮らしに役立つ結び方

延長コードをコンパクトに結ぶ



1
ケーブルの根元から輪をつくる。小さくすると、コードが過度におじれて傷みやすくなるので注意。



2
プラグに近い方を1周分絞って、輪を巻いていく。



3
できた輪にプラグをゆるやかにくぐらせ、全体にからめていく。

Vo. 91の解答

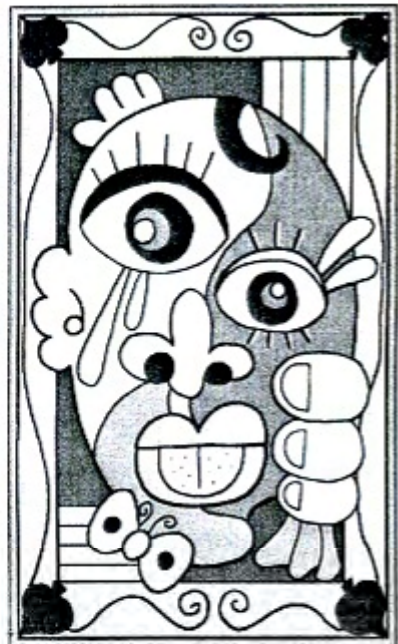
6	2	1	7	3	5	4	9	8
7	9	3	8	6	4	5	2	1
8	4	5	1	2	9	7	3	6
4	1	9	2	7	8	6	5	3
2	6	7	5	4	3	8	1	9
3	5	8	6	9	1	2	4	7
9	8	4	3	5	7	1	6	2
1	3	6	4	8	2	9	7	5
5	7	2	9	1	6	3	8	4

ナンバープレース 初級編 2

ルール

- タテ9列、ヨコ9列をそれぞれに1~9の数字が1つずつ入る
- 大枠で囲まれた3x3のブロックにも1~9の数字が

	8					6		
6				8				2
4			6		5			9
5	6	9		4	8			3
		4		1		7		
	9	7	5		2	1	4	
4		2		1			5	
2		7	6	8			3	
6	8	4		3	2	7		



迫広砕石

検索

2011. 10