

## 秋田けんじがゆく!!



みんなの暮らしのお手伝い

## 住人十色



### 非常持ち出し袋

いつ来るとも知れない大地震。これからの季節、大雨による水害も心配されるところです。そんな、誰もがいつどんな災害に遭うか分からない世の中となった今、万が一の時のために備えて非常持ち出し袋を作っておきたいものです。そこで今回は、一般的な非常持ち出し袋には入っていない、女性のために必要な非常用必需品をご紹介します。

### 女性に必要なもの

被災した時、水や非常食など命に関わるものはもちろん大切ですが、女性の場合特に、衛生面を守ることも大切です。生理用ナプキン&ショーツ、おりものシート、尿もれパッドなど、日頃使っているものは必ず入れておきましょう。携帯ピアや赤ちゃん用のお尻ふきもあるとお風呂に入れずに重宝します。更に、3日分くらいの洗顔せっけん・化粧水・乳液、水のいらぬシャンプーや、コップ付歯ブラシセット、髪が長い人は髪を結ぶゴムも。大きめのストールや黒のビニール袋は保温にも使えますし、被れば人前で着替えもできます。

### バンジャラバッグ

インパクト大! インドの  
ハンドメイドバッグ



ビーズやミラーをハンドワークで編みあしらったインド製のバッグは、カラフルな色と民族衣装のような飾りがとにかくインパクト大! 丸みのある持ちやすいデザインで、ショルダーバッグとしても使えます。横幅(最大)46cm 8,400円

Porch Drop HPはこちら... <http://porch-drop.com>

### むてんか コレクション

## エンタメ情報

せーのっ!! ワグマラーの仲立ち(映画)のライブDVDです!  
[ON THE ROAD 2011 "The Last Weekend"]

ホントにもうすぐ開催??

まるでそこにいる  
かのような臨場感!  
極上のVライブを  
お楽しみください!



無添加大好き!  
私の住まい

M様邸

遊び心いっぱいの、客船のような無添加住宅

M様の土地はまさに「うなぎの寝床」。間口が5.5mで、奥行きが36m! それでも「大丈夫ですよ! 面白い家ができますよ!」とってくれたのは秋田さんだけでした」とご夫妻。そこから始まった秋田社長の話にワクワク感をおぼえ、ハウスメーカーや設計事務所とは全く違う対応に安心感を持ち、無添加住宅に決めたのです。36mという奥行きを生かし、縦列に2台の駐車スペースを確保したM様邸は、3層構造となっています。2層目が実質的な1階。ここに明るさいっぱいのリビングがあります。そのリビングに入ると、いきなりジャングルジムのような3階に伸びるはしごが目飛び込んできました。「どうしてもこうしたかったんです!」と熱く語るご主人様。このはしごの行き先は、ミニ和室。そこは琉球畳4枚のまさに隠れ家的雰囲気。これこそ究極の

こだわりです。3階の奥には天然木がモダンに仕込まれた空間の寝室があります。上部に取り付けられたハイサイドのウィンドウからは月光が優しく入り、光の取り入れも十分です。外観が夜が見どころ。「客船のように見えますね!」とご近所の方に言われたのがとても嬉しかったですね!」と言われる奥様の笑顔が印象的でした。



## カンタン れしび

今月の  
おすすめ料理 野菜のピクルス

### 材料

- お好みの野菜を適量  
にんじん、キュウリ、大根、パプリカ、ブロッコリー、カリフラワーなど
- ピクルス液  
酢 …500ml、砂糖…150g、水…150ml  
ローリエ…2枚、ブラックペーパー…10粒くらい  
赤唐辛子…1本、塩…小さじ1/2

### 作り方

- ①野菜は全て食べやすい大きさに切る。(キュウリを入れる場合は塩でよくもみ、縦半分に切って4.5cmの長さになるように切る。ブロッコリーやカリフラワーは小房に分ける)
- ②①で切った野菜を、少し歯ごたえが残るくらい固めに茹でておく。
- ③※のピクルス液を鍋に入れ、ひと煮立ちさせたら火を止めて冷ます。
- ④煮沸消毒した瓶に野菜を入れ、③のピクルス液を注ぎ、ふたをして冷蔵庫に入れ1晩以上漬けておく。



## 災害時の代用品

避難生活を余儀なくされた時、女性や赤ちゃんにとってなくてはならないもののひとつが、生理用ナプキンやオムツです。非常持ち出し袋の中に必ず入れておきたいものですが、足りなくなった時、手に入らない時に身近なもので代用できるアイデアをご紹介します。

### ナプキンはTシャツで代用

生理用ナプキンは長袖のTシャツで作ることができます。まず、袖口を20cmくらいの所で切り、筒型になった袖口の中にタオル等吸水性があるものを折りたたんで入れ、タオルの下に粘着テープを通し、下着に固定して使用します。

### オムツはレジ袋で

レジ袋の持ち手の部分と両サイドを切って開いたところに、タオルや手ぬぐいなど水分を吸収できるものを重ね、上下の部分折って赤ちゃんの大きさに合わせてお尻に当て、持ち手の部分を結ぶとオムツの代わりになります。持ち手のないビニール袋しかない場合は、上からゴムやひもで直し止めても。



上下左右をカット タオルを置いて むすんだら出来上がり