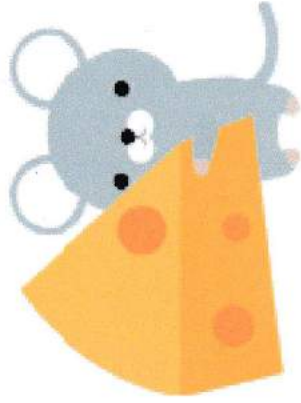


# らくらく通信 VOL 104

2020年のスタートです。

「ねずみ」年は、「寝ずみ」ともとらえられ、「働き者」=財を蓄える象徴とも言われています。

縁起の良い年になりそうですね。



アトラス整体院 院長 森 俊樹

一宮市本町3-5-6 本町ビル2F

受付時間 / 午前9:30~午後8:30

(土・祝日は午後8:00まで)

TEL (0586) 73-1919 定休日 日曜日

ホームページ <http://138rakuraku.com/>

## 10分で完成♡余ったちび「ネギチズ」もち」

材料

・セリチズ…3~5個

・ネギ…1/2本

・ベーコン…50g~100g

・チズ…50g<50

・油…適量



1. フライパンに油を敷き、材料のネギとベーコンを炒めます。
2. おもちと耐熱皿に入れ、水50~100ml程度を入れレンジ600wで6分もちを加熱しかきまわす。その後水を加えます。
3. ①のネギとベーコンを炒めたものの上(②)のかわらかきかきおもちと分量のチズを入れ、おもち混ぜ、蓋をして焼きます。
4. 片面がカリカリに焼けたら、裏返しもう片面を焼いたら完成です♪

## 車の曇り止めにも有効なものの方法

冬には雨と車の窓ガラスが急に曇ってしまったり、運転をしながら曇りが多くなります。そんな時に役に立つものの方法を紹介します。

1. 窓を開ける…窓を開けると外の環境と車内に取り入れられること、外の気温と車の中の気温差が縮まり曇りにくくなります。
2. アイコンと操作…アイコンをかける、温度で水滴を乾燥させるだけで空気を循環させることで温度のムラを解消します。
3. デフロスターとONにある…フロントガラスが曇ってしまったり、マークをONにすると、フロントガラスの曇りを除去します。
4. デフロスターとONにある…リアガラスが曇ってしまったり、マークをONにします。ただし熱を発生させるのに大量の電気を消費するため、曇りが取れたらすぐにOFFにしましょう。

5. 車内の窓ガラスを磨く…煙草のヤニや手指などで汚れていると、水の粒がこびりついて曇りやすくなります。
6. 猫砂を利用する…ネコを飼っている人も多いと思いますが、ネコが用を足す時お世話になる「猫砂」には曇り止めの効果があります。乾燥剤の一種であるツリカゲに配合のものを選び、車庫の下に入れ、車内に置いておくといい裏ワザが人気です。いろいろ試してみても安全なドライブレコーダーがおすすめです。



- Q ○○○ ちびがめこめがなごんだ  
 ○○○に入る文字は何？  
 <VOL103の答え> “ねこ”  
 五十音図(あいうえお表)を見てください…
- 通信またはホームページで  
 答えは次回5月号