

こんにちは、知花です。今回は桜坂劇場で観た『ヒトラーの毒見役』をご紹介します。

1943年第二次世界大戦末期のベルリンで、激しい爆撃にあい出兵した夫の両親が住むポーランドの田舎町に疎開して夫の帰りを待つローズです。ある日、ナチスの親衛隊が

突然訪ねてきて連行されてしまいます。連れていかれた場所は、狼の巣と呼ばれる

ヒトラー総統大本営がある森の中でした。集められた町の若い女性達7人のテーブルに

出されたのは、日常の貧しい食事とかけ離れた贅沢な料理やデザート。お腹をすかしている女性達は

夢中で食べてしまいます。そしてシェフが皆に告げます「毒が入っているかいらないか1時間でわかる。

そのために君達がいる」と。毎日、連行され、昼食と、夕食の毒見役を来る日も来る日もさせられる。

食事を中断することはできない。途中席を立つこともできない。完食しなければ銃殺、

飢えと美味しい食事、毒にあたれば即死、何と恐ろしい事でしょうか。

この作品のモデルになったのは、95才のドイツ人女性です。24才から27才の2年半の

過酷な経験の告白を元に製作されたものです。

やっぱり映画っていいですね。



お取り寄せ倶楽部

三方が海に面し、日本三名橋のひとつ錦帯橋や、日本最大級のカルスト台地の秋吉台など見どころ満載の山口県。そんな山口県を代表する銘菓をご存じですか？

創業100年を超える老舗菓子店あさひ製菓果子乃季の『月でひろった卵』は、山口県琴石山から汲み出した名水を使ってふんわりと蒸したカステラ生地に、カスタードクリームと刻み和栗が入った美味しいお菓子です。

月でひろった卵 — 山口県 —



口当たりが軽く、卵の香りいっぱいの生地に、地元山口県の牛乳を使用したミルクィでなめらかなカスタードクリーム、風味豊かな国産の刻み和栗が心地よいアクセントの本商品は、優しい味わいで誰からも愛される、山口銘菓購入率ナンバー1を誇る銘菓です。

お問合せ／果子乃季オンラインショップ

電話番号／0120-075-711

月でひろった卵8個入…2,000円（税込）

Instagram 更新中！

施工事例や豆知識などの情報を発信しています♪



Google 口コミ募集中！

皆さまのお声が励みになります(^^)



LINE からのご相談も受付中です！

お気軽にご連絡ください



外壁塗装・防水工事・内装工事

リフォームサイエンス(株)

宜野湾市伊佐3-9-12

0120-84-4146

携帯電話・PHSからもご利用になれます

営業時間 朝8時～夕方6時

HPはこちら↓



M O N T H L Y P A P E R

おとなり通信

～お客さまとの心の掛け橋をめざして～

2026年9年

Vol
186



こんにちは。今年の夏は台風の上陸が多いですね。

台風対策ばかりしているような・・・

でもエイサーの音が聞こえると旧盆やエイサー祭りの季節だ！と沖縄市出身は

ワクワクします。



では今月号のスタートです。よろしくお願いします(^^)

暮らしのエッセンス

灯りを楽しむ

風が少し涼しくなりました。お月見の季節ですね。
お部屋の中もいろんな灯りで楽しみましょう。



◆落ち着いた丸い灯り

この季節は、丸い灯りを飾りたくなりますね。テーブルの上に置けるボールランプはお月様のように、なぜか心が落ち着きます。台がついたものや、ボールのようにコロんと床に置くタイプもあります。

◆廊下にフロアランプ

廊下の隅に、床に置いて使用するスタンド型のフロアライトを置いてみましょう。竹や籐のものにすると、バリ島のスパのような雰囲気、廊下を歩くと心がワクワクします。

◆トルコ製モザイクランプ

トルコの伝統的なモザイクガラスのランプは、エキゾチックな雰囲気を醸し出してくれます。赤や緑、青、黄色の鮮やかなモザイクガラスに光が通ってとてもきれいです。寝室やリビングに置くと、異国情緒豊かな空間に。

◆和紙のペンダントライト

和室には和紙のペンダントライトはいかがですか？丸い形に和紙を貼り付けたシェードは、空間を和モダンに演出してくれます。和紙からこぼれる柔らかい光に癒されます。

秋の夜長にお好みの灯りを楽しみましょう。

カンタンとろろ丼

あなたとこんすてきにごはん

材 料 (2人分)

・ごはん	どんぶり 2 杯	・塩昆布	大 2
・きゅうり	1 本	・めんつゆ(3 倍濃縮)	小 1
・長芋	100g	・卵黄	2 コ
・大葉	4 枚		
・梅干し	1 コ		



きゅうりは5cm程度の長さに切り、長芋は皮をむいて袋と一緒に入れ、めんぼうで細くなるまで叩く。



タネを取った梅干し、塩昆布、めんつゆを加え、梅干しをつぶすようにして揉み込む。



丼にごはんをよそい、ちぎった大葉と②を盛り、卵黄を乗せてできあがり。

Health Point

長芋は消化を助け、弱った胃腸をサポート。夏の疲れが残る初秋にやさしい一杯です。

今どき リフォーム事情

～ リフォームの進め方を考えよう ～

いつかリフォームをしたいけど、いつから始めるか悩んでいたり、先延ばしになっていたりしませんか？

◆リフォームの時期は？

日々物価も上がり、建築コストが上昇している昨今。いつかリフォームをするなら、早めがおすすめです。快適な家に住める時間がそれだけ長くなります。

まずは、基本的なスケジュールを考えましょう。最初に始めるのは、情報収集と要望を書き出すことです。最近では、ネット上に色々な家の写真が載っています。リフォーム後に後悔しないためにも、あらかじめ好きな雰囲気、やりたいことなど、色々な家の事例を見て、リスト化しておきましょう。



◆工務店選びはどうする？

おすすめは現在の家を建てた工務店やハウスメーカーです。家の状況や図面などがわかっているので、話がスムーズに進みます。繋がりがいい場合は、近隣の工務店に相談できるといいですね。最近では、SNSやホームページなどで事例を紹介しているところも多いので、そういった事例を参考に選びましょう。まずは気軽に相談から始めて、対応が良ければ見積などを依頼するといいでしょう。

◆いつまでに完成させたい？

リフォームをすると決めたら、いつまでに完成させるかを計画しましょう。時期を決めて進めていくことで、次に決めることが明確になっていきます。

あたまストリッチ

●まちがいさがし●

下の2つの絵には、違うところが5つあるよ！あなたはいくつ見つけれられる？？

(正)



(誤)



答えはページ下にあるよ！

Healthy de Happy

带状疱疹にかかったら、72時間以内に医療機関を受診するのが大切です。後遺症の発症リスクを低下させることができます。

◆带状疱疹とは？

「带状疱疹」は、過去にかかった水ぼうそう（水痘）ウイルスが、加齢や疲れなどによって再活性化することにより発症します。神経に沿って、痛みを伴う水ぶくれが体の片側に帯状に出現するのが特徴です。50～70歳代に多くみられる病気ですが、若い人でもストレスや過労などによる免疫力の低下が原因で発症します。合併症として知られるのが、「带状疱疹後神経痛」で、皮膚の症状が治った後も神経痛が残り続け、生活に支障をきたす場合もあります。

～ 带状疱疹 ～



◆ワクチン定期接種スタート

带状疱疹の発症や合併症を防ぐにはワクチン接種が有効です。2025年度から、65歳を迎える方などを対象に、带状疱疹ワクチンの定期接種が開始されました。带状疱疹ワクチンには、生ワクチンと組換えワクチンの2種類があり、どちらも予防効果が認められています。生ワクチンは皮下に1回接種、組換えワクチンは筋肉内に2回、2ヵ月以上の間隔をあけて接種します。発症予防効果は、接種後5年時点で組換えワクチンが9割以上と報告されており、生ワクチンの4割程度より高い効果が示されています。過去に水ぼうそうや带状疱疹にかかったことのある方も、定期接種の対象です。

まちがいさがし答え：①月にいるウサギさんの位置が違う②ペンギンさんの服の飾りが違う③左上の雲の長さが違う④ペンギンさんが持っている団子が違う⑤左下の皿の形が違う