



# らんRun通信

第115号

令和6年7月

カイトクホームから皆様へ暮らしのお役立ち情報をお届けします！



こんにちは。カイトクホーム代表の野間田澄幸です。

先日高校教諭英語力鳥取1位の記事を目にしました。このことは高校に限らず県内教員のレベルの高さを表すものではないでしょうか？

マツコデラックスの番組で「鳥取、鳥根47位問題」などあるように鳥取は何かと最下位争い的なイメージがあります。それは人口が少ない上、都会への人材流出など考えると致し方ないところだと思いますが個々の持つ能力は全く引けを取らないと自負しています。

ちなみに建築の取り組みにおいても鳥取県は全国から一目置かれています。



代表 野間田澄幸

## 7月の話題

## 花火大会 2024

人気の花火大会のスケジュールです。事前に詳細をご確認の上お出かけください。

開催日	大会名	開催日	大会名
7月20日(土)	若桜町納涼花火大会	8月4日(日)	白鳳祭(東伯)
7月21日(日)	水郷祭(東郷湖畔)	8月4日(日)	倉吉打吹祭り飛天花火大会
7月21日(日)	みなと祭り(境港市)	8月5日(月)	河原町あゆ祭り
7月27日(土)	波止の祭り(赤碕)	8月15日(木)	鳥取しゃんしゃん祭り花火大会
7月27日(土)	大山町納涼花火大会	8月15日(木)	伯耆町きしもと豊年盆踊り花火大会
7月27日(土)	とまり夏祭り	8月18日(火)	米子がいな祭り大花火大会
7月27日(土)	フェスティバル・ディア・アマミズ(榎水高原)	8月24日(土)	八頭町きらめき祭り
7月27日(土)	浦富海岸元気フェスティバル 岩美花火祭り	8月25日(日)	北栄砂丘祭り
7月28日(日)	キュリー祭(三朝)		

## 頭の体操

## まちがいさがし



右の絵と左の絵には違うところが5つあります。どこでしょう？

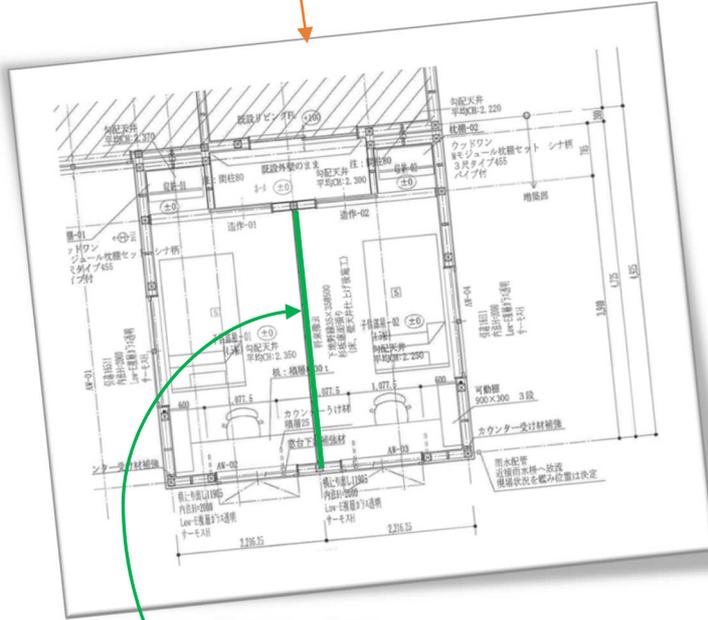
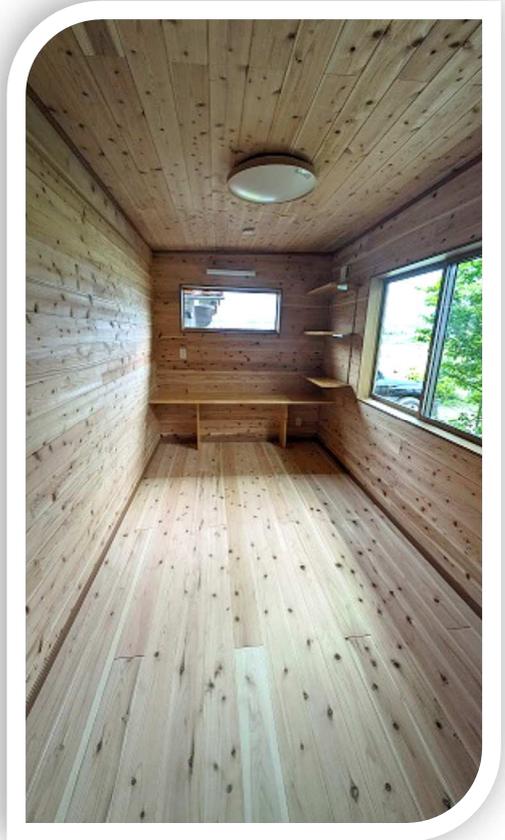
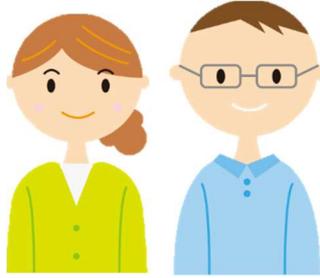
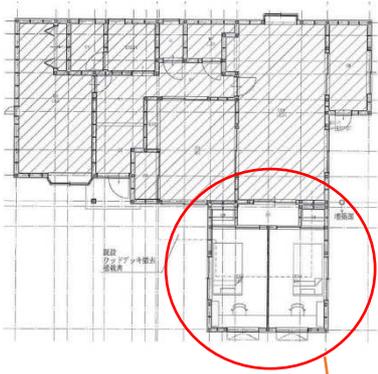
こたえは さいごのページにあるよ！



イラスト: 岡村弓華



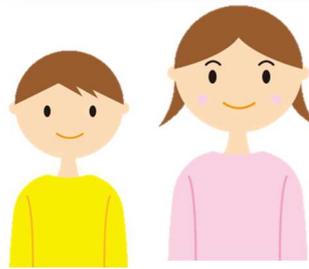
T様邸の増築工事が完成しました。お子様の成長に合わせての増築です。ログハウス調のプライベート空間が2部屋できました。



2つの部屋の間仕切りは、将来必要なくなったら取り外せるようになっています！！



僕の部屋ができた！！



私の部屋が出来てうれしい♡



勉強机と棚は大工さんの造作です。広々と使えますね！



入口の横はクローゼットになっています。





暑くなると、麺類が良くなりますよね。今回は冷凍のうどんを使って、混ぜるだけで手軽で新鮮な味あいのあえ麺をご紹介します。鍋を使わずに直接器に入れて、電子レンジだけで作ります！つけ汁がいらないので、調味料も少量ですむので節約になります！



## ベーコンとブロッコリーのガリバタうどん



<材料と作り方>1人分

- ①耐熱の容器に冷凍うどん1袋、薄切りの玉ねぎ30g、2cm幅に切ったベーコン2枚(30g)、冷凍ブロッコリー4~5個(60g)、おろしにんにく少々、しょうゆ小さじ1、バター10gの順に入れる。
- ②ラップをふんわりとかけ、電子レンジで5分加熱し、よくあえたら黒こしょう少々をふって出来上がり。

## オクラいり汁なしきつねうどん



<材料と作り方>1人分

- ①耐熱の器にめんつゆ(2倍濃縮)大さじ1と1/2、水大さじ1と1/2、砂糖小さじ1を入れて混ぜ、3cm幅に切った油揚げ1枚(30g)を加えて浸すようにして混ぜる。
- ②上に冷凍うどん1袋、冷凍オクラ30gを乗せてラップをふんわりとかけ、電子レンジで5分加熱する。全体をよくあえ、お好みで七味唐辛子少々をふって出来上がり。

## 担々風うどん



<材料と作り方>1人分

- ①耐熱の器に豚ひき肉80gおろししょうが・おろしにんにく各少々、鶏がらスープの素小さじ1/4、みそ・しょうゆ各小さじ1/2、酒小さじ1を加えて混ぜる。
- ②冷凍うどん1袋をのせてラップをふんわりとかけて電子レンジで5分加熱し、すりごま大さじ1/2を加えてあえる。小口切りの万能ネギ大さじ2をのせ、ラー油適量をかけて出来上がり。

## 貝だくさんビビンバうどん



<材料と作り方>1人分

- ①耐熱の器に冷凍うどん1袋、下味(おろしにんにく少々、酒・しょうゆ各小さじ1、砂糖小さじ1/4)をもみ込んだ牛コマ切れ肉80g、せん切りのにんじん20g、ざく切りの小松菜30g、もやし50g、塩小さじ1/8、ごま油小さじ1の順に入れてラップをふんわりとかけ、電子レンジで5分加熱する。
- ②すりごま大さじ1/2を加えてあえる。コチュジャン小さじ1を添えて、よく混ぜ合わせて食べる。

昔から地元で愛され続けている「小谷のパン屋さん」が、ついに店頭販売と注文販売を開始されました。

昔ながらの菓子パンや、創業時からの秘伝レシピで作られている食パンはここでしか味わえない美味しさです。

シーズンごとの新商品も出ています!!防腐剤不使用です!!



Instagramにて週替わりパン等、お知らせしています。ご予約もDM(メッセージ)またはお電話で受け付けています!

有限会社 小谷パン店

〒689-2501 鳥取県東伯郡琴浦町赤碕 774-1

TEL 0858-55-0306

焼きたて情報

月曜日…食パン  
木曜日…週替わりパン  
          フランスパン  
金曜日…菓子パン  
          食パン

- サンドウィッチオードブルやイベント用パンなど、お気軽にお問い合わせください。
- 通販可能です。(詳細はインスタのハイライトからご確認ください)
- イベント等の出店も行っております。出店依頼ございましたらインスタDMでお願いいたします。
- 御施設や御団体等の注文も承っております。お気軽にお問い合わせください。
- パンの注文は前日 16:00 までにお電話またはインスタDMにてお願いいたします。

★今月もくらら(鳥取県中部地域密着生活情報誌)に載っています!



住まいの相談会を開催します

新築、リフォーム、修繕等ご相談ください!

- ① 7月6日(土) ② 7月20日(土)
- ③ 8月6日(土)

時間▶AM10:00~PM2:00~の2部制  
申し込み方法▶お電話またはホームページ

からお願いします。\*要予約 \*各時間1組限定

【発行】 思いやりと技術で快適な暮らしを提案する

~kind & Technic~

カイトクホーム建築設計株式会社

代表取締役 野間田澄幸



Kind & Technic

〒689-2501

鳥取県東伯郡琴浦町赤碕 777 番地

E-mail: kaitechome@nomakensekkei.com

TEL 0858-55-1096 FAX 0858-55-1254

ホームページ



Instagram



まちがいきさがしたえ ①「ば」の文字 ②ひこ星の手 ③おり姫のはごろも  
④たんざくの下のほし ⑤たんざくのひも

