

にっぽん **くらし** 紀行

日常を豊かにする、優しい“ひと手間”

仕事も家事も効率化やスピード感が求められる今、あえてかける「ひと手間」に注目してみませんか？ 丁寧に暮らすことから生まれる、心のゆとり。のんびりと心豊かに秋の夜長を過ごしましょう。

ふつふつと鉄瓶で沸かす “ひと手間”を愛でる

少しずつ季節が進み、朝晩になるとひんやりする季節が到来。朝の目覚めの一杯やティータイムに、鉄瓶でふつふつと沸かした白湯^{さゆ}をゆっくり味わってみませんか。スイッチオンで瞬時に沸くお湯とはひと味違う、まろやかな白湯が心までじんわりと温めてくれます。また、秋の恵みが豊かな今の時期は、昔ながらの土鍋で炊き上げるご飯もおいしい季節。火を止めて蒸らし終わるまで10分ほどじっと待つ“ひと手間”。ふたを開けた瞬間、ふわっと広がる湯気と香りで思わず笑顔に。



鉄瓶でいれる白湯や土鍋でつくる秋の恵みの炊き込みご飯で“ひと手間”を

“ひと手間”でおいしい 自家製をつくる

根菜やきのこがおいしい今の時期。豊かな秋の食材で手軽につくれる「おいしい自家製」を試してみませんか。例えば、余った野菜を薄く切ってざるに並べて、天日干しするだけでつくれる「干し野菜」。野菜のうまみがギュッと凝縮して、日もちもするので、おみそ汁や炊き込みご飯などにさっと加えるだけで彩りも風味も豊かに。パパッと使える自家製があると、いつものお料理もきっと楽しくなるはず。カラフルな野菜がキッチンを彩ってくれるピクルスづくりもおすすめです。



ちょっとした“ひと手間”で食卓に彩りを

“ひと手間”の模様替えて 季節の演出を楽しむ

家で過ごす時間が増える冬に向けて、手軽な“ひと手間”で居心地のよいお部屋に冬支度。ふだん使っているインテリアに温かみのあるニットやボア素材のファブリックを取り入れるだけで、見慣れたお部屋がぬくもりのある冬らしい空間に。窓辺にかわいいフェルト雑貨を飾って北欧スタイ

ルを楽しんだり、ラグを毛足のふわふわした素材に替えたりするだけで、おうち時間がほっこり温かな冬モードに。季節ごとに小物をチェンジする“ひと手間”で、心地よいお部屋づくりを楽しみましょう。



ニットやボア素材を使った雑貨やラグでほっこりとした冬モードに

