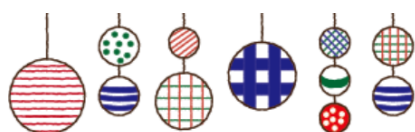




# ひといきタイムズ



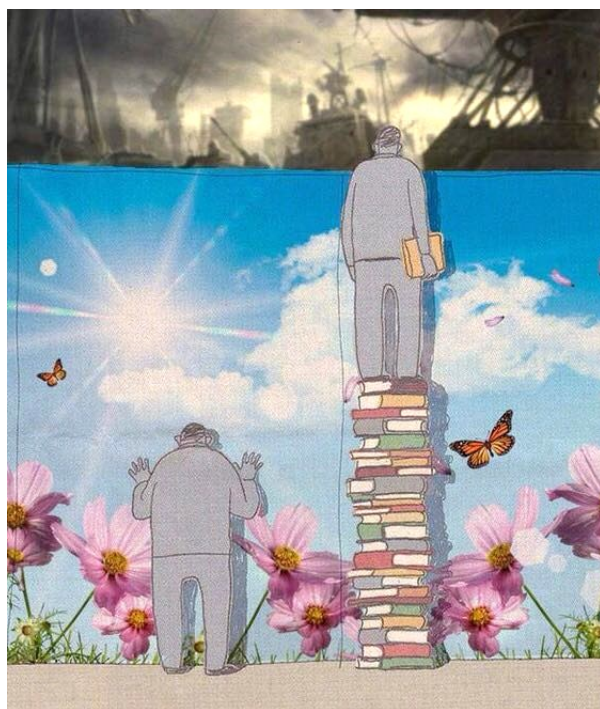
2025年10月号 通巻93号



思わずハッと！！  
心にひびく風刺作品

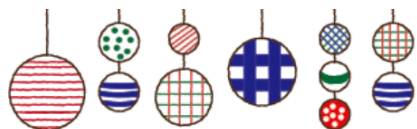


「あなたか見ている世界は本物ですか？」



## 作品紹介

読書量が少ない人と多い人を比較した風刺画。読書量が少ない人は、ハリボテの壁に気づかず穏やかな時間を過ごす。読書量が多い人の前には、荒れ果てた世界が広がっている。知識をもつ者だけが、現実を見ることができるのだ。この話だけでは「知らないほうが幸せなこともある」と思うかもしれない。しかし、この絵には続きがある。さらに本を読み高みに進むと、素晴らしい絶景が待っているという結末。知識をつけることで、世界の厳しさを知る。それでも、厳しさを乗り越えたら幸せが待っている。美しい景色に出会えるのは、知識が豊富な人だけかもしれない。読書の秋、あなたも本を読んでみては？



## 青春時代、夢中になったあのシーン ドラマレビュー



### 今月のレビュー

1983年5月 - 7月

### 「ふぞろいの林檎たち」



#### ○主なキャスト

仲手川良雄・・・中井貴一

岩田健一・・・時任三郎

水野陽子・・・手塚理美

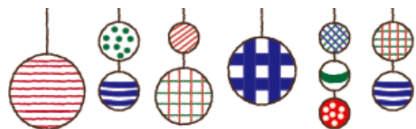
宮本晴江・・・石原真理子

西寺実・・・柳沢慎吾

タイトルを見ただけでサザンの曲が響いてきます。

単なる恋愛ドラマではなく、年若い親との関係や  
学歴で評価される職場など、誰もが抱えるであろう身近  
な影のシーンも多く、感情移入して観た人は多いはず。

シリーズ4まで展開されたが5は噂で消えた。

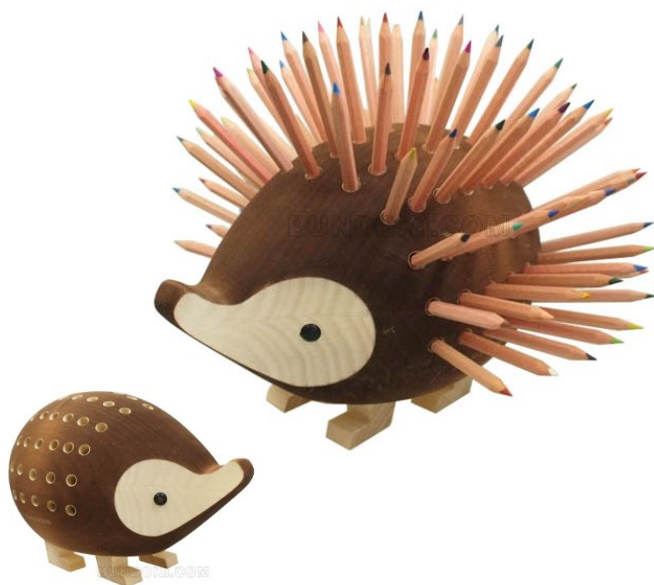


## さようなら生活臭 インテリアになる家事道具



### 今月のアイテム

### ハリネズミ型色鉛筆スタンド

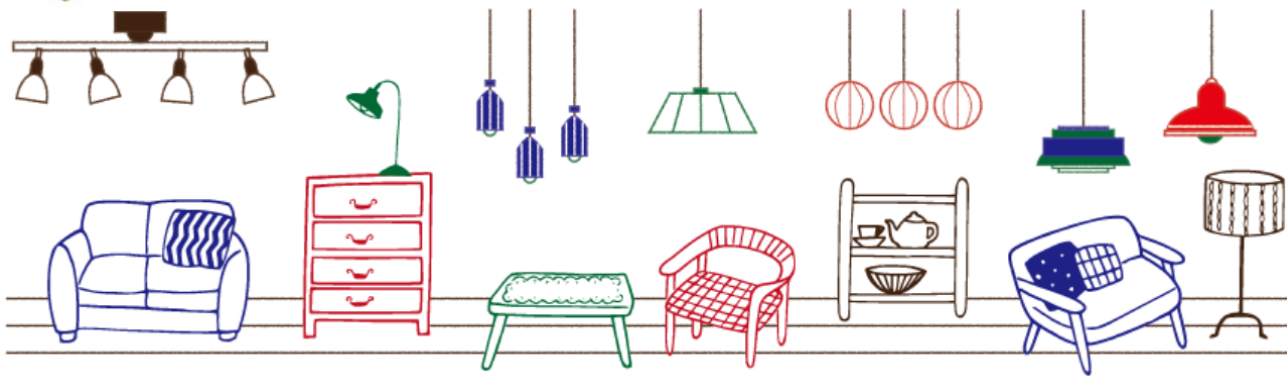


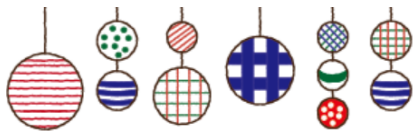
特大の可愛い木製ハリネズミ型色鉛筆スタンド。散ら  
かりがちな鉛筆を可愛く収納。お部屋のインテリアに  
もピッタリです。お絵かきが好きなお子さまも、楽しく  
お片づけができそう。製造時に鉛筆とスタンドが梱包  
されているので、購入した日からお部屋に飾れます。

商品名 【KOH-I-NOOR/コヒノール】

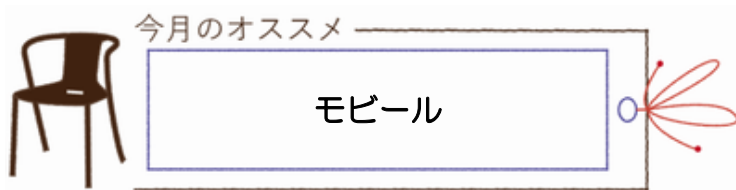
ハリネズミ型色鉛筆スタンド(大)

Source [https:// bundoki.com/](https://bundoki.com/)





## キラリとセンスを光らせて ひと味違う贈り物



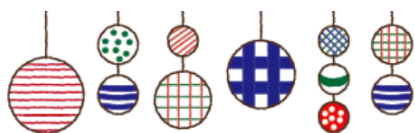
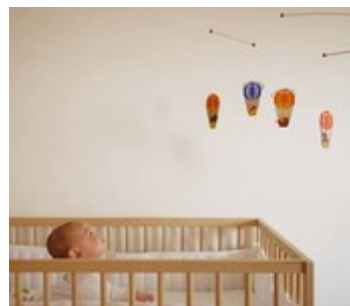
友人の出産祝いにハイセンスなインテリアはいかがですか？最近人気のモビール。種類もサイズも豊富で、贈り先の好みに合わせてチョイスしたり、ご自身で制作することも可能です。

赤ちゃんの頃はベビーベッドの上に付けてメリー代わりに、少し成長したら子ども部屋のインテリアになります。

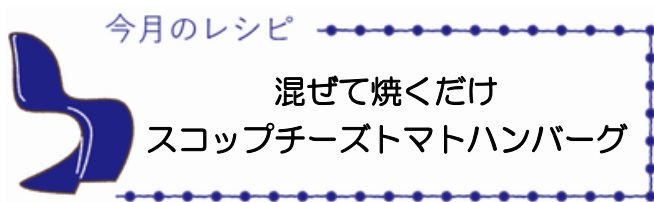
### ○商品情報

購入方法：インターネットやインテリアショップ

備考：画用紙と糸を使ってモビールを作る方法もネットで多数紹介されています。



## 早くて安くてうまい！ 時短メインおかずレシピ



【材料】	●豚ひき肉／約 300g	●トマト／1 個
	●たまねぎ／1/2 個	●チーズ／適量
	◎ケチャップ／大 2	◎中濃ソース／大 1/2
	◎塩・ブラックペッパー・ナツメグ／少々	

- ① たまねぎはみじん切りにします。トマトは5mm幅程度の薄切りにします。
- ② ボウルにひき肉、たまねぎ、◎を入れてよく混ぜ合わせます。
- ③ 耐熱容器に2を入れ、上にトマト、チーズを重ねます。220度で20～25分焼き、完成。

\*冷蔵庫で5日間保存可能。冷蔵庫で保存すると油分が固まる場合がありますが、肉汁にうまみがたっぷり含まれているので、お肉と合わせて加熱するのがオススメです。

作業時間

6分



オーブンで  
25分



# 特別なシーンをより思い出深く 印象に残るショットを狙うカメラ活用法

## 住まいの快適レポート

紅葉に彩られた風景や旬の味覚も  
楽しい秋の行楽シーズン。カメラ  
活用のコツを覚えて、特別な瞬間  
を思い出深いものにしませんか？

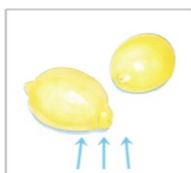
### 初心者もOK、コツをつかんで、映えるベストショットを！

外食先での料理写真や旅先での思い出シーンをスマホカメラに収めることも多いことでしょう。でも、思った通りのショットが撮れなくて・・・とお悩みの方に。基本的な撮影のコツを覚えれば、初心者でもワンランク上の映えるショットが狙えます。参考にして、特別な瞬間をぜひカメラに！

#### 被写体の印象が変わる、光を意識する

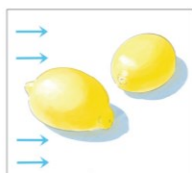
撮影でもっとも重要なポイントは光。被写体の前方から当たる**順光**、横側から当たる**サイド光**、後ろから当たる**逆光**の3方向をまずは意識しましょう。

##### 順光



全体が明るく、被写体  
がくっきり色鮮やかに写  
る。景色や屋外での人  
物撮影に向いています。

##### サイド光



被写体の横から光が当  
たり、影ができて立体  
感を表現できる。料理  
の撮影などに最適。

##### 逆光



明暗のコントラストがつ  
く。ポートレートや風景  
などをドラマチックに見  
せる演出が可能に。

#### POINT



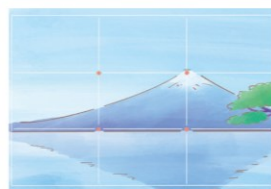
#### あれこれ試してみるのが、 お気に入りショットへの近道！

- 真上・斜め・真横からなどアングルを変えて撮影。
- 被写体に寄る（一部分だけでもおすすめ）・引いて撮る。
- カメラアプリを活用する。

#### センスよい写真は構図がポイント

カメラのグリッド線を活用することで、バランスよい写真を撮影できます。初心者におすすめは、**三分割構図**と**日の丸構図**です。

##### 三分割構図



横と縦を三分割した分割線が交差するポイント（分割点）に被写体を配置するようにすると、写真にバランスと安定感が生まれます。

##### 日の丸構図



メインにしたい被写体を画面の中央に配置。撮りたいものが強調されてストレートに伝わります。周囲に余白を持たせたり、背景をぼかしたりすると、ワンランクアップ。

オススメ商品  
キッチン用ミネラル浄水栓【グリーンタップ】

蛇口をひねればいつでも、冷たいミネラル in ウォーター



© 株式会社 LIXIL



© 株式会社 LIXIL

水道水から不純物を取り除いた  
浄水に植物ミネラルエキスを  
プラスすることで、  
まろやかで雑味のない  
ミネラル in ウォーターに。

蛇口をひねるだけで、  
すぐに冷たく飲むことができます。  
※常温タイプのご用意もございます。

リフォームパートナー

フリーダイヤル 0120-600-916