

わたし日和

平成二十一年八月号

こんにちはマルエムプロパ
ンの佐藤です。毎日暑い日
が続きますが体調など崩さ
れていないでしょうか？

学生の頃、部活の先生に「暑
い暑いと文句を言っても涼
しくはならんぞ。」と練習中
によく言われたものです。
せっかくだから、夏の暑
さを楽しむように気持ちを
切り替えて乗り切りしましょ
う！
風鈴や打ち水、夕涼みなど
は、ちょっと小粋な夏を感

じますよね、かなりの汗か
きな私も夏はちょっと苦手
と思っておりますが小粋な夏
を無理にでも演出してがん
ばりたいと思います。

さて、最近映画を見に行
くこともなくなってしまう
た私ですが子どもと一緒に
見に行った映画、「崖の上の
ポニョ」という映画のなか
でちょっとおもしろいシー
ンがあったので紹介したい
と思います。「崖の上のポ
ニョ」ご存じでしょうか？

この映画は宮崎駿（みやざ
きはやお）という有名なア
ニメ映画監督の作品で「風
の谷のナウシカ」や「となり
のトトロ」ものけ姫「千

と千尋の神隠し」などその
他たくさんヒット映画を
つくっている人が2008
年に作った映画です。お子
さんやお孫さんがいる方は
たぶんご存じなのではない
でしょうか。「崖の上のポ
ニョ」の映画の中からその
一節を引用します。

（映画の中で、）台風と
津波が来て大変な町。
崖の上にある家に
ママと五歳の息子が
急いで帰る

停電になっていて電気は
つかない。。。。
用意してあった懐中電灯
を使って明かりをとも
す。。。。

その次に

やかんを持ったお母さん
が息子に
「さて、水はでるかな
〜」
と。いって蛇口をひね
る。。。。
水がでてポニョが喜ぶ
五歳の息子が
「水のタンクがあるから
ね！」と自慢顔。

お水を入れたやかんを沸
かそうとして お母さん
が息子に

「さて、火はつくかな
〜」
と。いって ガスをつけ
る。。。。
火がついてポニョが喜ぶ

五歳の息子が
「プロパンガスだから
ね！」と自慢顔

映画を見ながら「おーブ
ロパンガスすごいじゃな
いか！」と拍手を送りた
い気持ちを懸命に抑えま
した。宮崎駿大先生は災
害時のプロパンの有用性
をこの映画を通じて示し
てくれたわけですか？
何で映画の中でプロパン
の宣伝をしてくれたのか
は謎ですがこのときから
宮崎アニメのファンが一
人増えたことは間違いの
ない事実です。

お元気ですか？



お財布も、ちょっと贅沢

今年から新たに、「シルバーウィーク（S W）」と呼ばれる大型連休が始まりました。日付の並びから、初実施は9月19日～23日の5連休です。これを機に旅行の計画を考えている方も多いでしょうね。今回はひとつのご提案として、モニター



モニター旅行で
お得旅に行ってきます！

で多少質問数の多いアンケート

に答える必要はありませんが、間違いなくお得感はあるようです。

価格で提供される「モニターツアー」をご紹介します。

モニターツアーとは、旅行会社が新規に検討中のホテルや施設などと契約を結ぶかどうか、実際にお客さんの反応を見て決めるための企画です。つまり「お試し旅行」のようなものです。メリットとしては代金が格安なほかに、謝礼として名産品などをお土産に貰えることもあります。帰りの機内・車内

秋のシルバーウィーク！モニターツアーでお得旅

また、地方自治体の観光課などが、その土地をPRするための企画もあります。さらには海外旅行のモニターツアーや、小学3年生以上の男児と父親を対象にした「男の絆・親子旅」のようなユニークな企画も目を引きます。

さっそくインターネットで「モニターツアー」を検索してみましよう。楽しそうな旅が見つかったら、初の

シルバーウィークの旅行計画にお役立てくださいね。

からだも贅沢

【養生訓 巻第一 140】

【概要】義と理とは共に大事なものである。義に偏ると理を無視してしまい、

理に偏ると義を無視してしまう。義とは人情のようなものであり、理とは物事の仕組みのようなものである。物事の仕組みばかりを大事にする人を傷つけるし、人の情ばかりに気を向けると社会の秩序を乱してしまうことがある。

よく「義理」と言いますが、「義」と「理」を別々に考えると、義理の本来の意味が見えてくるような気がします。

二十代をアメリカで過ごした女性に聞いたのですが、帰国後に戸惑ったことのひとつが冠婚葬祭の「義理」だそうです。家庭に「お義理帳」なるものがあり、冠婚葬祭のたびにそれを見て、「誰それからはいくらもらっ

四季の養生訓 江戸に学ぶ健康法

ているから、うちではいくら返す」というしきたりが単なる建前に思えたのだそうです。故人を偲んだり結婚を祝ったりするならば、その気持ちが一番大事なはず——。外国暮らしの長かった彼女には、「義理」ではなく「義務」に感じられたのかもしれない。

義理のしきたりに慣れた人でも、義理とは本来「義」と「理」のバランスからなることを理解しておかないと、本当に単なる建前的な行為になってしまうでしょう。

健康読本である『養生訓』で義と理を説いたのは、人として健全であることの大切さに触れているのだと思います。考えや行動が偏らず調和がとれていること。心身の健康には、この調和が大切なのでしょうね。



一粒のショコラ 一粒のショコラ



人生はチョコレートの箱のようなもの。食べてみるまでわからない
映画「フォレスト・ガンプ」より

今月の一粒

夫婦の温度調節

ま

まだまだ暑い日が続いて
いますが、熟年夫婦の旦那さんが冷や汗をかき
そんなアンケート結果があります。

エアコン大手のダイキンが、結婚
20年以上の男女に、夫婦二人で過
すときの「心理的な体感温度」を聞
いたところ、妻の4割が「下がること
が多い」と答えたそうです。

体感温度とは、体を感じる暑さ・寒
さなどの度合いを数量で表したも
の。気温・風速・湿度・日射などが関
係しますが、精神状態も影響するそ
うです。

「夫婦で過ごす心理的な体感温
度が(下がる)ことが多い」と答えた妻
の理由として上位を占めたのが、
*自分の自由時間が減る
*嫌な面が目につく
*ストレスがたまる
など。なかには、「何かと腹が立つ」

という回答もありました。要するに
夫と一緒にいると気分を害するの
で、体感温度が下がったように感じ
るというわけです。

一方、夫の回答は、「下がること
が多い」と答えた人は約2割。熟年夫婦
の夫は妻と一緒にいると体感温度が
上がる人が多いそうで、その理由
は「安らげる」がダントツです。

ちなみに、同じ質問を結婚歴3年
未満の「新米夫婦」にぶつけたとこ
ろ、男女とも約9割が「上がる」と答
えており、理由は「安らげる」がトッ
プでした。

熟

年夫婦ともなれば子ど
もはすっかり自立して、
夫は定年を迎え、夫婦だ
けて過す時間が増えます。そんな

夫婦の共有時間を新米夫婦は「嬉し
い(94.5%)」と感じても、熟年夫婦

は「憂うつ(38.5%)」なのだが。

以前、某住宅メーカーの「3mの思
いやり」というCMが話題になりま
した。「つかず離れず大人のリビン
グ」が熟年夫婦の理想で、その距離は
3m。実際の距離はともかく、熟年夫
婦が快適に暮らすには、ほど良い距
離感があったほうが良いと感じてい
る人たちが多いのでしょう。

夫婦の温度調節はエアコンのよう
にはいきませんが、そこは長年連れ
添った勘で、ほど良く快適な温度を
夫婦で探っていけるといいですね。

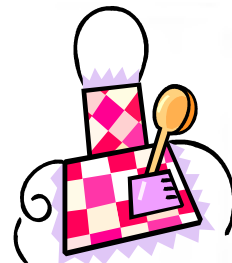


賢者の台所

旬の食材でおいしい贅沢

スイートコーン で栄養補給！

スイートコーンの学名「Zea may (ゼア メイ)」の「ゼア」とは、ラテン語で「生きるため」という意味だそうです。その名の通り高カロリー・高タンパクな上に、カリウム、マグネシウム、リン、鉄、ビタミンB1・B2、ナイアシン、食物繊維に富み、スイートコーンを主食としている民族が世界中にいます。ちょうど今頃、実の詰まったおいしいものが出回りますね。今回ご紹介するマフィン朝食に合う塩味タイプ。コーン缶を使ってもおいしく仕上がりますが、せっかくの旬なので、塩ゆでしたスイートコーンをそぎ取って使うのもおすすめです。プチプチした食感と独特の甘みが引き立って、おいしさも格別ですよ。



8月の賢者レシピ

スイートコーンのマフィン

主食にもなる
栄養豊富な
食材

鮮度が命
買うときは
食べる分だけ

鮮度の目安は
艶のあるヒゲと
瑞々しい外皮

◆ 材料(6個分)

- ・ スイートコーン(実の部分のみ): 70g
※コーン缶を使う場合はホールタイプ
- ・ 卵: 1個
- ・ プロセスチーズ: 30g
- ・ 牛乳: 大さじ4
- ・ サラダ油: 大さじ3
- ・ 薄力粉: 130g
- ・ ベーキングパウダー: 小さじ1
- ・ 砂糖: 大さじ2
- ・ コンソメスープの素(顆粒): 小さじ1/2
- ・ 塩: ひとつまみ
- ・ 粗びき黒コショウ: 適宜

◆ 作り方

① 卵を溶きほぐし、牛乳・サラダ油と混ぜ合わせておく



② 薄力粉・砂糖・ベーキングパウダー・コンソメスープの素・塩をふるう



③ ①と②を合わせて、粉っぽさがなくなるまでよく混ぜる



④ プロセスチーズを角切りにして、スイートコーンと一緒に③に加える



⑤ 六つの焼き型に流し込み、お好みで粗びき黒コショウを振りかけて170度のオーブンで25分焼く



どっさの流儀

出席の返事をしたのに急用が...

結婚式や披露宴などに招かれて出席の返事をした後、急用ができて出席できなくなってしまう...。失礼にあたるようですが、起りうるケースです。

欠席が前日に決まった場合は、もちろんすぐ相手に連絡をします。当日に急用ができた場合も同じですが、相手は忙しい最中なので連絡が取れないかもしれません。そのときは会場に連絡をして、両家の中であなたが知っている人を電話口に呼んでもらいます。本人以外と面識がないなら、招待されたほうの家のご両親なりに取り次いでもらい、事情を説明しましょう。

また、忌中はお祝い事への参列を控えるのが礼儀です。急な不幸の場合、すぐに欠席の旨を連絡してお詫びしましょう。

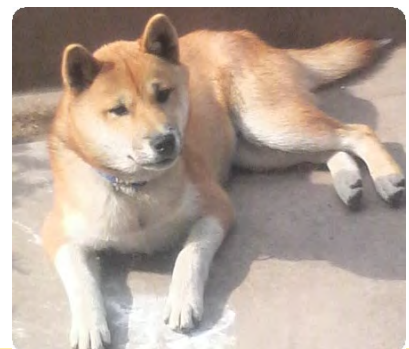
ここで困るのが事情の説明の仕方。「相手の喜び事に水をさすので事実を伝えてはいけない」「という意見もあれば、「きちんと説明しましょう」と教えるマナーブックもあります。つまり、微妙な状況なので正解はないのでしよう。相手との関係を考慮して臨機応変に対応するのがよさそうです。ただし、ケガや病気を理由にするのは避けたほうがいいでしょう。

編集後記

うちの事務所で金魚のキンちゃんを飼っていると以前に書いたと思いますが先月、新しい仲間として海水魚の「カクレクマノミ」2匹(その他2匹)が加わりました。カクレクマノミは海水魚なので45センチくらい別の水槽で飼っていますが白いサンゴ砂の上を明かりに照らされて泳ぐ魚たちをみていると南の海にきたようで心が和みます。海水魚は飼育が難しいと聞いていたので今まで手を出さなかったのですがそのきっかけとなったのは子どもが磯で採ってきたカニです。カニの水槽には大小様々な種類のカニが最初5、6匹いました。3ヶ月くらいたちますが今も4匹くらい生きています。この水槽では弱肉強食の世界が繰り広げられ、小さなカニが大きなカニに食われてしまっていました。現実の厳しさを教えてくれる水槽です。(涙)



来月も
おたのしみに!



『おかげさまで創立47周年
LPガス・水周りリフォーム』
有限会社 マルエムプロパン
〒242-0029神奈川県大和市上草柳533
連絡先 TEL046-261-3866
FAX046-263-9205