

ごころの贅沢だより

わたし日和

平成二十五年二月号

こんにちはマルエムプロパンの佐藤昭です。政治の話はあまり詳しくないのですが自民党の安倍政権となってから株価や為替に変化が表れ始め、株もドル預金もしていない私としてはその変化を目の当たりにしても「ほー」という声しか出てこないのですがこの政権への期待感が泡となって消えてしまうことなく景気浮上へとつながってくればいいですよ。ただ、田安はエネルギー業界にとっては厳しい状況をさらに厳しくさせていく要因となります。都市ガスの主成分であるメタンもプロパンもそのほとんどを輸入でまかなっているのですから1ドルが8

0円弱だったところに比べ1月末の時点で1ドルが約90円となり為替だけを見ると1割以上の値上がりということになります。原材料を輸入に頼ることなく、かつ輸出メインで成り立っている企業であれば今は大きな追い風となることでしょうがそのような企業はあまり多くはないでしょう。業種、業界で意見の分かれるところではありますが為替



ろで落ち着いてもらいたいとニュースを見ながら切に願っている日々です。プロパンガスの話をさせてもらうと2012年の2月に実はプロパンの価格は史上最高値を付けました。ちょうど1年前になるわけですがそれまでの平均は1トン当たり700ドル前後だったものが230ドルまでありました。当然われわれの仕入価格も連動して上がりましたしマルエム以外のガス屋さんには皆一斉にガスの値段を上げました。2段階え3段階構えて価格を上げたところもあったようですが私たちマルエムプロパンは待つことにしました。相場は動くもの、一時的に投機マネーが相場を荒らしているけれどガスの需要期が過ぎれば落ち着くはず一時的

な相場に合わせてその都度価格を変えるのはお客さんとの信頼にいい結果を生むはずはないと考えました。春が過ぎて相場はいったん落ち着きましたが秋、またもや相場は高止まり傾向になり多くのガス屋さんはまだ値を上げました。私たちはまた悩みながらも様子を見ることにしました。ここまでは為替がある程度マルエムの味方をしてくれた面もありましたが今後の為替の動き次第ではご迷惑をかけることになるかもしれません。「仕事とはお客様に良い思いをさせること」という言葉を胸に今後も精進致しますので何卒、宜しくお願いいたします。ガスについての明るい展望のある話もありますのでまた次回。

一粒のシヨコラ



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

夫婦とは

夫

婦田満の秘訣は「あつんの呼
吸」。昔からよく聞く話ですが、
今の二十代、三十代の仲良し夫婦に田満
の秘訣を尋ねると、「3つの「合う」がキー
ワードになるようです。
話し合う。頼り合う。いたわり合う。
特に「話し合う」が一番のポイントで、
今どきの若い夫婦はよく話し合ってい
る様子がうかがえます。

たとえば結婚の年目の「せんはいい
」ことも嫌なことも、「さうさう」とい
ても、とにかく旦那さんに話すといいま
す。旦那さんが忙しいときも、夫婦ケン
カをしたときも、何とか時間を作って二
人で向かい合い、自分の気持ちを伝える
ようにしていいそうです。
「言わなくてもわかる」が通用するの
は昭和的な夫婦関係なのかもしれませ
ん。結婚8年目のエミさんも、お互いの「す
ごい」と思っていることを伝え合うのが夫婦
仲良しの秘訣だと言います。

奈

良泉御所市と大阪府南河内郡千
早赤阪村との境目に「金剛山」と
いう山があります。そこにある葛木(か
つらぎ)神社への参道に、2本の巨木が
寄り添うように立っています。ひとつの
根を絡ませて一本の幹を天へと突き上
げているこの巨木は、「夫婦杉」として祭
られています。

夫婦ケンカをしても絶対に別れるこ
とができない夫婦杉。石碑にはこう書か
れています。

- 二十代女、愛。
 - 三十代女、努力。
 - 四十代女、我慢。
 - 五十代女、諦め。
 - 六十代女、信頼。
 - 七十代女、感謝。
 - 八十年代女、一心同体。
- それこそわかちあひは愛のちんね
びだ嫁。

夫婦の在り方は時代を映す鏡のよう
なものかもしれません。理想の夫婦像は
時代によって変わります。けれど、いつ
の時代でも、どんな夫婦でも、良いこと
ばかりではありません。夫婦の道は紆余
曲折。でこぼこ道の連続です。

夫婦杉のような一心同体になるまで
には「我慢」や「諦め」の道のりも必要
で、けれどその先には「信頼」という道
があり、そこを夫婦で歩いて行くといす
れは「感謝」にたどり着く。そうやって
空気のような「ふれ愛」まで行ける夫婦
は幸せというものでしょう。



お財布も、ちょっと贅沢

「Shufoo!」で
毎日のお得をゲット!

インターネットで色々な
お得情報を検索できても、
やはり毎日のチラシは生活
の強い味方です。そこでお
すすめなのは、インター
ネット上で全国のチラシや
広告を閲覧できる日本最大
級のデジタルチラシポター
ルサイト「Shufoo!（しゅ
ふー）」です。
パソコンかスマホで利用
でき、基本的な使い方は
「Myエリアを設定してチ
ラシを見る」をクリックす
るだけ。希望エリアの設定
は、郵便番号・駅名・店舗名・
住所・カテゴリ・地図、どこ
からでも検索できます。
希望エリアの「今日の折
り込み」を見たい場合は
「Myチラシポスト」という
ソフトをインストールしま
す。毎朝6時に今日の新着
チラシ、毎晩8時に明日の
新着チラシが届きます。
また、無料会員登録をす



【Shufoo!】 <http://www.shufoo.net/>

ると、お気に入り店舗の新
着チラシをメールでいち早
くゲットできます。チラシ
を見るだけで買物が割引
になるクーポンやプレゼン
トに応募できるのも会員限
定の特典です。
さらに、買い物に行く時
間がないときや重い日用品
の買い出しなどに、ネット
スーパーの「Shufooモー
ル」を利用する方法もあり
ます。どの機能も利用は無
料。まずは一度サイトを
チェックしてみませんか。

からだも贅沢

四季の養生訓 江戸に学ぶ健康法

【養生訓 巻第五】 527

【概要】若いとき、歯の強
いことを頼みにして堅い
ものを食べてはいけません。
梅の種などを噛み割っ
てはいけません。あとに
なって早く歯が抜けてし
まうからです。また、細字
をたくさん書くと目と歯
とが悪くなります。

予防歯科の最先端をい
くスウェーデンでは、80
歳の時点で失う歯の本数
が最大で1〜2本しかな
いそうです。片や日本で
は、80歳で残っている自
分の歯の本数が平均7本
という少なさ。日本は「入
れ歯社会」だと言われます
が、25歳で50%の人に歯



周病が発生している現状
も「入れ歯社会」の背景に
なっているそうです。
日本でも少しずつ予防
歯科が浸透してきました。
歯の健康に対する意識の
高い親は、子どもの歯の管
理にも十分気を配ってい
ます。「歯」は親が子どもに
残せる財産のひとつ。予防

歯科のかかりつけ医を持
つことは、子どもの将来の
ためにも重要でしょう。
ちなみに、細字をたくさ
ん書くと歯が悪くなると
いうのは「くいしばり」に
よるものです。何かに集中
しているとき、無意識に歯
をくいしばる癖がある人
は注意しましょう。

元気100倍 レシピ!



安くて低カロリーでも栄養豊富なもやしを極める

もやしの95パーセントは水分ですが、発芽の過程でカリウム、ビタミンA、ビタミンCなどが作られます。そのほかアスパラギン酸、γ-アミノ酪酸（GABA）、アスパラギンなども生成され、さらに食物繊維も豊富。しかも低カロリーで安いとなれば食卓にのぼる回数が多いでしょう。足の早さがもやしの弱点ですが、楊枝などで袋に1箇所穴を開けてから冷蔵保存すると長持ちします。開封したものは、袋からできるだけ空気を抜いた状態で保存しましょう。冷凍するなら袋の中身をなるべく平らにした状態で、1～2週間以内ならおいしく食べられますが、解凍するとべたつきます。凍ったまま調理するか、冷凍状態にお湯をかけてから加熱調理します。



2月の賢者レシピ

もやしチャンプルー

95%が水分でも
栄養豊富

袋に1箇所
小さな穴を開け
冷蔵保存すると
長持ちする

冷凍保存の場合
凍ったまま調理

◆材料（2人分）

もやし：1/4袋
木綿豆腐：1/2丁
豚肉（薄切り）：100g
ピーマン：1個
卵：1個
白だし：大さじ3
サラダ油：適量

◆作り方

① 木綿豆腐は水きりする。
ピーマンは縦5mm幅の細切り。
豚肉は食べやすく切る。



② 卵は溶きほぐし、
サラダ油少々をひいた
フライパンでかき混ぜながら熱し、
半熟スクランブルエッグに
して取り出す。



③ フライパンをきれいにしてから
サラダ油を熱し、豚肉を入れて
肉の色が変わるまで炒める。

④ 豆腐を加え、木べらで
くずしながら炒め合わせる。

⑤ もやし、ピーマン、
スクランブルエッグを加えて混ぜ、
白だしをまわし入れて味を調える



【参考】kikkomanホームクッキング <http://www.kikkoman.co.jp/homecook/>

居心地の良いトイレ空間にする工夫を教えてください。



トイレをプライベート空間と考え、トイレ
タイムを大切にしている人は意外と多いよう
です。狭いながらもすっきりと落ち着いて過
ごせるよう収納に工夫を凝らしたり、全体
の色調をコーディネートしたりと、狭い空間だ
からこそ楽しいプランを考えたいものです。
たとえば壁の厚みを利用したオープン棚
は、奥行きが10センチ程あるので予備のトイ
レットペーパーをすっきり収納できます。ま
た、小さな置物の飾り棚としても目を楽しま
せてくれそうです。トイレの照明は眩しすぎ
ると落ち着かず、寝る前なら目が冴えてしま
うかもしれません。ダウンライトにすれば必
要に応じて明るさを調節でき、見た目もスッ
キリするでしょう。

幸せな 家づくり

編集後記

先日、横浜へ用事で行った際にウワサになっ
ている「占いの館」があるから帰りに寄って
行こうよとの誘いに乗り、人生初の占いを体
験してきました。もともとがたいへん素直な
性格の私なので（笑）占いかおみくじ的な
もので悪い結果が出るといつまでも引きずる
のが怖くて興味はあるのに近寄らないように
していた私ですが誘ってくれた友人がノリノ
リな様子だったのもあり、いい機会だし行っ
てみようということになったのです。ちょっ
とワクワクしながら「天中殺」とか言われ
ちゃうんじゃないのーなんてしゃべっている
間に到着し、さっそく占い開始。まず手相。
「あら、あなた苦労してきたわねー」と占い
師。たいていの場合、苦労知らずのバカ二代
目と呼ばれて生きてきたので聞きまちがい
かと思ひ、もう一度聞きなおす私。もう一度
言ってくれる占い師。「わかりますか、そう
なんですよ！」と占い師を抱きしめたくなる
私。占い師は続けて「あなたは試練の人生を
生きてきたのよ、でもそれももうすぐ終わ
り、その後は平穏で幸せよ、だから頑張んな
さい。」と。超、超、有頂天で占いの結果を
友人に話すと「そんなの誰にだってあてはま
るじゃんか」はっ、なんですとー？ た
だ、占いはさらに佳境に入り生年月日から運
勢を占ってみるとなんと今年「天中
殺」。。。人生初の占い体験の結果が天中
殺？ そっといえはなんだか占いのおぼちゃん
も必要以上に私を励ましてくれたのが今か
ら思えば気になるし。ま、まいっか。たかが
占いじゃんか（汗）

『おかげさまで50周年
LPガス・水回りリフォーム』

有限会社マルエムプロパン

〒242-0029 大和市上草柳533
TEL 046-261-3866
FAX 046-263-9205

来月も
お楽しみに！

