

こころの養沢だより

わたし日和

平成二十七年七月号

こんにちはマルエムプロパンの佐藤昭です。

梅雨が明ければもう、夏本番ですね。今年の夏はどうなることやら。若かったころは夏が来れば何やら楽しいことがありそうでウキウキして夏(夏休み?)を待っていたものですが、社会人になり、オッサンになってからははやく涼しい秋がやってこないものかと願うばかり、我ながらつまらない大人になってしまったと反省しています。今のうちから体力をつけて夏を楽しく乗り切りたいと思います。(もうおそいかも。)

ところで最近、新聞などでもよく見かけるようになった電力自由化と言うコトバですが、ご存知でしょうか。今までは東京電力など地域の電力会社の独占だった電力市場が来年の4月から

は一般家庭でも新しい電力会社へ自由に乗り換えることができるようになるというものです。工場や高層ビルなど大口需要家に関してはすでに自由化が始まっていて新電力会社も電力供給をしています。これによって割高と言われていた日本の電気料金に価格競争が生まれ二割近く電気料金が安くなるのではないかと言われています。この新しい電力会社はエネルギー業界の会社だけでなく金融業界、ハウスメーカー、商社、通信会社ほか、さまざま



業界の会社が新電力会社に名乗りを上げています。

なぜこの話をしたかと言うとガス業界もこの電力自由化、他人事ではないからです。ガス会社でも発電事業に参入し新電力になったところ、これからなる会社、いくつかの会社がグループを作って新電力会社を作ろうとしていたり、今はまだ様子見のところなど各社、取り組みの方法も様々です。消費者目線で言えば「お得なセット割引プラン」みたいなものも出てくるのかもしれませんが。たとえば、新電力会社が通信会社の電力会社だったり提携した会社であればインターネットの接続料や通信料と電気料金のセットで月々〇〇%もお得。みたいなものや電気、ガス、インターネット、電話がセットでお得！みたいなセット商品も出てくるかもしれません。支払う側か

らしてみれば窓口が一つでいっぺんに済んでしまうのは楽でいいですね。ただいろんな選択肢が増えるという事は便利な反面、選択する消費者の側も賢く選択しなければならぬという事になります。マルエムプロパンでも事務所で使用する電気代は毎月ばかりにできない金額になるので自由化で電気代が一割でも二割でも安くなるのはありがたい事ですが、連日のようにテレビやニュースで振り込め詐欺の報道がされていて、詐欺の被害額は減っていないようです。詐欺は人の善意や弱み、心のスキに付け込んできます。自分は大丈夫と言う自信が心にスキを作ってしまうのだそうです。私も消費者の一人として、ウマすぎる話はまず疑ってかかることになり、詐欺師は詐欺師の顔してませんから。

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

世界の国で通じる日本語 1つの言葉、外国で通じるかな？

イ ギリス政府が「最も重要と思い
つつも最も不快に感じる電子機
器」を調査したとき、第一位となつたこ
とがある日本発祥の機械はなんでしょ
う？答へは、「カラオケ」です。

イギリスでは、日本のように防音施設
が整つた個室型のカラオケボックスが、
まだあまり広まっておらず、騒音被害が
理由で嫌われているようです。とはい
え、カラオケで歌う楽しみは捨てがたい
といったところでしょうか。いまや世界
中に広がったカラオケは、多くの国で
「Karaoke」の表記や発音がされてい
ます。英語では、

Yesterday I karaoked all night
long. (昨日カラオケで一晩中歌った)
と、こうしたように各詞とつだけばな
く動詞としても使われています。

オ タク (otaku) も、世界の多くの
国で通じる言葉です。日本では、

少しネガティブなニュアンスを含みま
すが、海外ではそうではないようです。
単に、「漫画やアニメを熱烈に愛する人」
という意味で使われています。

漫画やアニメが世界に広まることも
に、可愛い (kawaii) という言葉も広ま
りました。21世紀になって、もっとも広
まった日本語とも言われています。

日本人は、可愛い物が好きと
思われているため、海外のお店で
「kawaii」を連呼されることもよ
くあります。

日 系人が多く、日本人観光客
も多数訪問するハワイで

は、「えいご」な言葉が多いと思つ
た。日本語も現地に根付いているよ
うです。「草履 (ソウリ)」「弁当 (ヘ
ンター)」「しょう油 (シヨウウ)」「
などは、現地の人にそのまま通じ
ます。今やハワイの象徴とも言え

るアロハシャツは、和服(着物)を元に
作り始められたという説もあるほど日
本文化が深く浸透している土地だから
こそ、多くの日本語も自然と馴染んで
いったのでしょう。

寿司、天ぷら、盆栽、和歌、俳句、豆
腐、酒、ラーメン、折り紙、生花、といっ
た日本語も、海外で通じます。これらは、
海外に輸出された日本の魅力ある文化
たちです。これからも日本人として、海
外に多くの文化と日本語を、贈っていけ
たら素敵ですね。



お財布も、ちょっと贅沢

自分で作る保存食
塩漬け卵

中国料理に、卵を塩水に漬け込んだ「シエンタン」と呼ばれる保存食があります。

そのまま食べるにはかなり塩辛いのですが、お粥などに添えて食べると、卵の旨みが広がる食材です。冷蔵庫のない時代は、塩漬けて食品の保存性を高めていました。それだけでなく、塩漬けにすると素材の持ち味もより引き出されます。

美味しく簡単にできる保存食として、鶏卵を使った塩漬け卵を作ってみませんか。卵を塩漬けにすると、黄身は水分が抜けて濃厚になり、とろりと固まります。生のまま、卵かけご飯やお茶漬けにしたり、ゆで卵としてお粥に添えるなどシンプルなお食べ方がおすすめです。基本の漬け込み液に、山椒、八角、花椒、など好みのスパイ

スを加えても美味しく出来ます。

【塩漬け卵の作り方】

材料 卵 10個程度 水 500ml 塩 150g 酒

大きじ 1 鷹の爪 1本

① 鍋に水、塩、酒、鷹の爪を入れて沸騰させてから火を止め、常温に冷ます。

② 水洗いして水気を拭き取った卵を密閉容器に入れ、①を注いでフタをし、約1ヶ月間暗所に置く。

3週間程度漬け込むと塩卵ができますが、1か月待ったほうが美味しくなります。常温で3ヶ月程度保存できますので、少し多めに作って色々な卵料理に活用してください。



密閉容器に、少し小さいサイズの卵を入れて

からだも贅沢

先人に学ぶ健康法

【養生訓 巻第二 9】

心は気楽に、体には少し負担をかけよう

心は楽しむべし。苦しむべからず。身は勞すべし、やすめ過すべからず。凡そわが身を愛し過すべからず。美味をくひ過し芳うんをのみ過し、色をこのみ、身を安逸にして、おこたり臥す事を好む。皆是わが身を愛し過す故に、かへってわが身の害となる。又、無病の人、補薬を妄に多く飲んで病となるも、身を愛し過すなり。子を愛し過して、子のわざはひとなるが如し。

気持ちには負担をかけず、気楽に過ごすのがい

い。しかし、体はよく動か

して労働する方がよく、楽ばかりしてはいけません。

自分の体を過保護にすぎないようしましょう。

美味しい物を食べ過ぎ、美酒を飲み過ぎ、色を好み、体をいたわり過ぎて、急いで横になることはか

りを好む。これらはすべて、自分の身をかわいがりすぎることで、かえって自分の体に害をあたえてい

るのです。

また、病気でもないのに、薬をやたらに多く飲んで、かえって病いになるのも、身をいたわりすぎるからです。まるで子どもをかわいがり過ぎて、かえって

子どもの不幸を招いてしまうようなものです。

ストレスは少なく、体には少し負担をかけるくらいがちょうどいいのでしようね。

ま

ま

ま

ま

ま

ま

ま



元気100倍 レシピ!



レタス&トマトたっぷりメキシカン・タコス

これからの季節にピッタリの、メキシカン・タコスです。

シャキシャキレタスとみずみずしいトマトがたくさん摂れてヘルシーです。レタスには、昔から催眠効果があるといわれていましたが、これはレタスの白い汁に、微量ながら催眠麻酔効果を持つ成分が含まれているためです。食べることによって、神経の高ぶりをしずめ、寝つきをよくする効果が期待できます。おもてなしやパーティーにもどうぞ♪



7月の賢者レシピ

メキシカン・タコス

レタスは
貧血予防、
若返りなどに効
果あり

紀元前5世紀ころ
にはエジプトで
食べられていた

スープや味噌汁
の具としても
おすすめ

材料

タコシエル.....6個
ひき肉.....200g
(豚でも牛でも)
レタス.....3枚
トマト.....1/2個
アボカド.....1/4個
メキシカン
シーズニング.....大さじ2
塩.....少々
チーズ.....適量
サワークリーム.....適量

1 フライパンでひき肉を炒め、火が通ったらメキシカンシーズニングと塩で味付けする。

※シーズニング...
粉末状の混合調味料



2 レタスは千切り、
トマト、アボカドは
1cmほどの角切りにする。



3 タコシエルに
ひき肉、アボカド、レタス、トマト、
チーズ、サワークリームの順に盛る。





お客様へのお茶、お菓子の出し方

お客様をお迎えしたら、できるだけ早いうちに「よくお越しく下さいました。熱いうちにどうぞ」とお茶を出します。暑い季節なら、麦茶、アイスコーヒー、シユースなど冷たい飲み物を「冷たいうちにどうぞ」とすすめます。コーヒーは苦手な方もいるので、念のため確認したほうがいいでしょう。和室で茶菓を出すときは、いったんお盆をたたみの上に置き、まず菓子皿をお客様の前のやや左寄りに、続けてその右にお茶を出します。洋室では、まず、お盆をサイドテーブルかテーブルの端に置いてからお菓子とお茶を出します。飲み物がなくなっていたり、時間が経ったらお替わりをすすめましょう。日本茶の丁寧なすすめかたは、お茶を継ぎ足すのではなく、別の湯呑みに煎れたお茶をお出しします。空の湯呑みを茶托ごと下げ、新しい湯呑みを茶托に置いてお出しします。余分があれば、茶托も新しいものにしてください。お客様の様子により、このタイミングで他の飲み物をお出しするのもいいでしょう。

とつとつの流儀

編集後記

なぜかわかりませんが私が使うパソコンはよく調子が悪くなります。以前使っていたパソコンは日本語入力中に漢字へ変換する際、しばしば考え中になり数分間待たされたものです。そのパソコンでわたし日和を書いていたので、そうならないまうと結構なストレスでした。そのせいでしようか素晴らしい文章が頭の中で閃いても変換があまりにも遅いせいでせつかくの文章も頭の中で消えてしまい平凡な文章に収まってしまったのでした。そして変換中からそのまま動きをやめてしまいパソコンが居眠りを始めてしまうという事が起こり「こりゃダメだ」ということで奮発してノートパソコンを買いました。これでいつでもどこでも仕事ができるぞ。と思っていたのですが約一年でハードディスクが壊れました。修理をしてもらいましたがその半年後にまたハードディスクが壊れました。今は押し入れで余生を過ごしています。今現役のこのパソコンも実は2週間前までとても不安定な動作状態でした。外付けハードディスクを買ってきてパソコンの大手術をしようと思いついてパソコンのふたを開けてビックリ。ビッチリときれいにホコリが積もってました。それは圧巻と言えるほどのホコリのたまり方をしていて笑えるほどでした。大手術ではなく大掃除をしたら快調に戻りました。掃除って大事だなんていうお話でした。

『おかげさまで52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



掃除、掃除って、たまにはオイラの小屋もキレイにしてくれよな。