

2007年 10月1日 発行

笑顔こぼれる みんなのミニ情報誌

ほほえみ Hohoemi

ぽすと Post

10月号



(株)荒市商店 広陵サービスステーション  
広陵町平尾696の1  
電話 0745(55)3780

暮らしに役立つ情報誌です。  
荒市商店の大切なお客様に  
毎月お届けします

こ んにちは上田です。やっと過ごしやすい季節になりましたね。「スポーツの秋」「読書の秋」そして「食欲の秋」です。とにかくごはんがおいしい！ 熱々のご飯に明太子とかはもう禁断の味ですよ、何杯でも行けそうになってしまいます。で、結局オナカまわりが気になってしまって反省の日々です。皆さんはいかがでしょう？



さて9/14に種子島宇宙センターからH2Aロケットが打ち上げられたことがニュースになってました。そのロケットは月を



回る人工衛星を積んでましたがその名前が「かぐや」でした。 やっぱり月にちなんで「かぐや姫」からとった名前でしょう 私も「かぐや姫のまち広陵町」に住んでいて「かぐや」の名前の人工衛星は他人のような気がしません。今はちょうど地球から離れていくところでその「かぐや」からハイビジョンカメラで撮った写真が送られてきました。

本当に地球ってきれいですね。下の部分が南米大陸だそうです。 で、38万キロ離れた月へは10月下旬に到着するそうです。 数年前は日本のロケットも失敗続きでちょうどそのとき北朝鮮のテポドン打ち上げと重なった時期もありましたからテレビの街頭インタビューなんかでは「北朝鮮のテポドンのほうがよっぽど確率ええやんか」とうなっていた大阪のオッチャンがいたのを思い出しました。今回も必ず成功してほしいですね。お金もおもいっきり掛かってますし、人工衛星320億 ロケット110億 地上設備120億 合計550億円 ついお金の話になるのは商売人の悲しい性なんですか(涙)



では気を取り直して仕事のお話を一つ。「秋の交通安全週間」は終わりましたが、お客様に気を付けていただきたいことは「駐車違反金の支払いは忘れずに」です。なぜアライチが駐車違反を取り上げるのかというと、もし駐車違反して切符切られてもそのままという方おられませんでしょうか？ 昨年の道路交通法改正で放置違反金を納付しなかったら「車検」受けられないことになりました。ついうっかりということもありますので心当たりのある人はすぐに手続きしてくださいね～最後に宣伝です

車検はアライチでお願いしま～す

# いきいき趣味らいふ

今回は「消しゴムはんこ」にチャレンジしてみませんか？ 今から用意しておけば年賀状作りにも大活躍しますよ。

【材料】2Bの鉛筆、消しゴム(硬めがオススメ)、デザインカッター(400円くらいで売っています)、インク

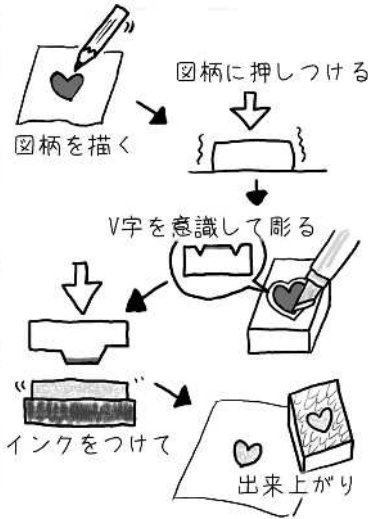
消しゴムの表面をきれいに拭く(ティッシュはNG)

紙にはんこの図柄を描く。最初は簡単なハート型などがいいでしょう。

図柄の上に消しゴムを置き、真上から体重をかけて図柄を転写する。

カッターで図柄の輪郭を一周なぞる

## 簡単！ 消しゴムはんこ



(約5mmくらいの深さ)、ナイフを固定して消しゴムのほうを動かすときれいにできます。

図柄の外周から5mmほど離れたところを、今度は内側に向かって周囲を彫る。これでカット部分が『V』になり、残したい図柄が浮き立ちます。

周囲の余白を削り落とすとはんこの完成です。さあ、インクを軽く付けて紙に押しみましょう。線の場合は線の左右がV字になるように切れればどんな模様も作れますし、数字や文字が反転することもあります。

図柄に悩んだら、本や雑誌の気に入った絵の上を鉛筆でなぞって消しゴムに写すといいでしょう。布やガラス用のインクもありますよ。

## 季節の星ぼし

### 銀河系のお隣さん ~ アンドロメダ座銀河M31 ~

ちなみにこの「銀河M31」とは、フランスの天文学者シャルル・メシエの作った星雲・星団カタログの31番目に載っているという意味です。ウルトラマンの故郷とされる「M78星雲」も78番目に実在するそうですよ。

近くでは、この宇宙の神秘を肉眼でもぼんやりと見ることが出来ます。銀河M31は私たちが住んでいる銀河系から最も近いところにある銀河ですが、その距離は230万光年。つまり、私たちは今から230万年前にM31銀河を出発した光を見ているのです。お隣さんといってもずいぶんと遠いものですね。



アンドロメダ座銀河M31

2千億個もの星が渦巻く銀河「アンドロメダ座銀河M31」。秋の天空の真上

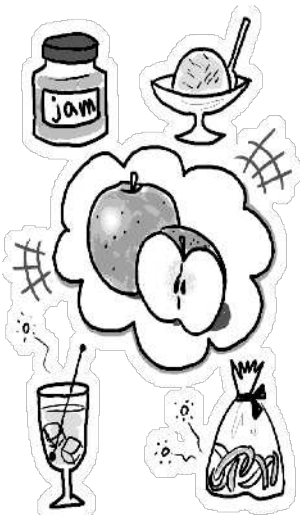
## リンゴをフル活用！

## 節約玉手箱

「1日1個のリンゴは医者を送さける」と言われるほど、健康、美容に良いとされるリンゴ。実を食べる以外でも有効活用してみましよう。

まだ固いキウイとリンゴを同じ袋に入れておくと、キウイがやわらかく甘くなります。ジャガイモと一緒にしておけば発芽が抑えられますよ。

普通は捨ててしまう皮も天日で乾燥させるとポプリになります。農薬の心配がなければ皮一個分と水出し用の紅茶葉を水に入れ、半日ほどおくとアイステイに。出し殻の紅茶葉と皮を刻んだものはパンやクッキーの生地に練りこめまし、出し殻を砂糖と一緒に水気がなくなるまで煮込めばジャムの出来あがり。砂糖をひかえめにしたジャムを冷凍庫で凍らせて、おやつ用のシャーベットにしてもいいですね。



## 秋のお肌のお手入れ

夏の強い紫外線を浴びてきた秋のお肌は、1年のうちで最もダメージが蓄積された状態です。肌の生まれ変わるサイクル(ターンオーバー)が乱れがちで、放っておくとメラニン色素が沈着してシミができたり、表皮に角質が厚くたまって、くすみやごわつきの原因になったりします。この時期はスクラブ洗顔などでやさしく角質を除去し、お肌のターンオーバーを正常に戻しましょう。毛穴の汚れが気になるときは、マッサージで血液やリンパの流れを良くしてから顔に蒸しタオルをのせるといいそうです。余分な角質や汚れがなくなると化粧水や美容液などの浸透もよくなります。

秋の野菜や果物は食物繊維やビタミンが豊富で、美肌回復に効果的です。また、ビタミンCやE、L-システインなどは表皮の新陳代謝を活発にし、できてしまった黒色メラニンを薄くする働きがあります。サプリメントなどで上手に補って疲れたお肌を労わってくださいね。



## こんなとき ぞーする!?

年中行事から

冠婚葬祭まで

### ~ 香典袋が空だった! ~

意外なことに、香典袋を開けてみると空だったということが結構あるそうです。突然の訃報に大慌てで用意をして、つい入れ忘れてしまうのでしょう。ご遺族にしてみれば、葬儀が終わってから「実は、お金が入っていなかった」とは伝えづらいもの。そこで、たいていは入っていたことにして、その金額に相当する香典返しをすることになりますが、できるだけ受付の段階で金額の確認ができればご遺族の負担が減りますね。とはいえ、弔問客の目の前で中身を確認するのは難しいものです。そこでこんな方法があります。

受付に、「失礼ですが、この場で金額の確認をさせていただきます」という貼り紙をして、

香典を受け取ったら中身をあらため、もし空だったらすぐにお伝えします。たいていはうっかり入れ忘れていただけですから、その場でお伝えしても失礼に当たらないでしょう。これなら、多く入っている場合はすぐにお返しすることもできます。

また、香典袋を預かった順に真ん中に糸を通していくこともあるそうです。香典袋だけではなくお札も一緒に糸を通すので抜け落ちがなく、金額を確認するときの勘違いなども防げます。葬儀が終わるまでにお名前と金額を確認して、足りなければお知らせするようにします。

このようなやり方をするかどうか、あるいは過不足があったときにどうするか、先にご遺族同士で相談しておくといいですね。



# アライチ ニコニコお車相談室



## カーナビゲーションの種類は？

最近カーナビの付いた車が多くなりましたね。もう常識って言っても言い過ぎではありません。では今時のカーナビってどうなんでしょう？

時代と共に性能もどんどん上がってきました。地図情報をどこに記憶しているかで種類は分かれますが、CD DVD HD（ハードディスク）の3種類がありますが現在ではDVDもしくはHDが主流です。

HDタイプはCD、DVD型カーナビに比べ地図の情報、操作性、精度は断然すごいです。特に最新型のHD（ハードディスク）型ナビは本当に画面が綺麗でレスポンスもいいです。お勧めするのはこのHDタイプです。ただ一つの欠点は価格がやや高いということです。DVDタイプはそれに比べてちょっとレスポンスは劣りますが基本性能は充分ですシリーズナブルな価格です。私も10年以上前のことでまだナビ出始めの頃、家族を乗せて夜の山道で迷ったことがきっかけでカーナビを取り付けました。それ以来もうナビのないクルマで遠出する気になれません。目的地へはナビに頼りっぱなしになっています。こんなに便利ですばらしいナビですがあえてその欠点を挙げるならば「道を覚える努力をしなくなった」ということでしょうか。



次にクルマを買い換えるときはカーナビを取り付けようと思います。どのような機種が良いのでしょうか？

## 社長のコーナー

### 心に残る映画ありますか？

最近毎回「お出かけ報告」してますので、お客様から「よくいろんなところ行くね～」と声をかけられることも多いです。そんなに出歩いているわけではないんですが、この記事を書くのになにかネタも必要かなと思って映画なんかはよく見るようにしています。特に夫婦で見るとどちらかが50歳以上ならいつでも一人1000円ですからお得感抜群です。

さて「心に残る映画」ですが、最近では「ブラッドダイヤモンド」がよかったですね。内容はアフリカのダイヤモンドをめぐる話ですが設定は事実です。「給料3か月分のダイヤモンド」「スイートテン・ダイヤモンド」ふーむ・・・考えてしまいます。もう一つは10年ぐらい前の作品ですが「ショーシャンクの空に」です。刑務所物ですがこちらも超おすすめ。感動作です。「ショーシャンク」はDVDありますのでもし興味ある方がいらっしゃれば私に声をかけてください。



### （株）荒市商店 営業品目

新車中古車販売 ・クルマ買取 ・車検  
事故修理 鈑金塗装 ・自動車保険 ・各種燃料 ・灯油  
配達 ・工業用重油 ・LPガス ・ガス機器

電話 0745-55-3780

FAX 0745-55-4659

<http://araichi.syakenmeijin.com/>

### 社長のお出かけ報告

9/17(日) 「巨匠と出会う名画展」

兵庫県立美術館

レンブラント・モネ・ルノアール

ピカソ・マティス 尾形光琳など

川村記念美術館蔵の作品 この美術館は私設です！ すごい財力ですね。



これで今夜のおかずはおまかせ！

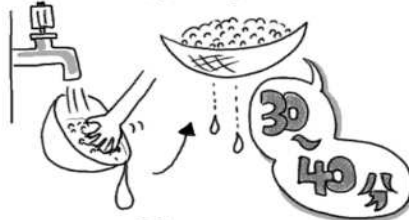
第49号

# かんたん・おいしいヘルシー料理

## ぎんなんの炊き込みごはん

●材料（4～5人分）  
 米：3合  
 ぎんなん：150～160g  
 塩：小さじ1  
 薄口しょうゆ：少々  
 煮きり酒：135cc  
 昆布だし：540cc

① 米は洗ってざるに上げ、30～40分おく。



② ぎんなんは殻を取り、薄皮もむいておく。



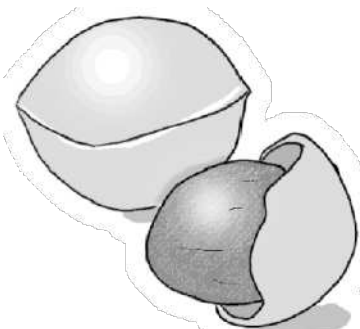
③ 土鍋に米と昆布だし、すべての調味料を入れ、蓋をして火にかける。



④ 最初は強火で、10分ほどしたら沸騰する直前にぎんなんを入れる。弱火にして12分炊き、火を止めて5分以上蒸らす。



参考：デリシャスウェブ「レシピ」 <http://www.delicious.ne.jp/recipes/>



### ぎんなんは・・・

栽培物のぎんなんは一年中出回っていますが、旬は10月から11月にかけて。秋を感じさせる食材の一つですね。一粒ずつは小さいながらも、炭水化物、

タンパク質、ビタミン、ミネラル、でんぷんなどを含んで栄養価が高く、疲労回復に効果的です。選び方のポイントは、殻の表面の色が白く、デコボコのないツルツルしたものを。保存するときは密閉できる袋などに入れて冷蔵庫に入れておきましょう。

