

2007年 8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

Post ぽすと

8 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。本格的な夏になりましたね。これからしばらくは暑い、暑いと言いながら仕事することになります。本当に早いものでこうやって時節柄のご挨拶を書いてあれっもう1年経ってしまったんだなとつくづく思います。光陰矢のごとし 少年老いやすく学成りがたし・・・何にも成っていない中年ですが・・・毎日仕事でも何でもちょっとでも前進したいのですがなかなか難しいですね。

さて、この夏「土用のうなぎ」は召し上がりましたでしょうか？今は中国産の食品がワイドショーで話題になっていますのでうなぎの売れ行きも良くないそうです。またスーパーで蒲焼きを買ってきてもレンジでチンではあまりおいしくありませんよね。でも先日NHKの「ためしてガッテン」という番組を見たんですが、スーパーで買ったうなぎの蒲焼きを家庭でもおいしく食べる方法が紹介されてました。



ここでは関西風の調理の仕方をご紹介します。すごいですよ

買ってきたウナギの蒲焼きをバットに入れ、やかんで熱湯をかけて湯

洗いシタレをとる

*熱湯は うなぎがひたひたになるぐらいが目安

湯をかけたらすぐに引き上げ、余分な水気をキッチンペーパーでとる

フライパンに大さじ3強のサラダ油を入れ、強火で1分間予熱する

身を下にしてフライパンで1分ほど揚げる

裏返し、皮の方を30秒ほど加熱する

余分な油をキッチンペーパーで拭き取って完成

いかがでしょう、作り方だけ見ているとえ～っと思いますよね。先日我が家で作って見ました。

結果は・・・すごい 最高です！ 是非一度試してください



お盆休みのご案内です

8 / 13 (月) 9時～14時 半日営業します

14 (火) 休みます

15 (水) 休みます

ご迷惑をおかけしますが
よろしくお願ひします

いきいき趣味らいふ

みなさん、廃油の処理はどうしていますか？ 固めて捨てているならちょっと待って！ 廃油で簡単にキャンドルが作れるんですよ。

【材料】 廃油 100ml、廃油凝固剤 6g、クレヨン 2 cm、広口びん、たこ糸 約 5 cm (キャンドルの芯)、割り箸

【作り方】 こした廃油を鍋で温め、細かく刻んだクレヨンを入れて溶かします。溶けたら火を消して廃油凝固剤を入れてかき混ぜ、固まる前に広口びんに移します。たこ糸が広口びんの中心にくるように割り箸ではさんで固定し、冷めて固まったらキャンドルのできあがり！

廃油でつくる 簡単キャンドル



ただし、材料が廃油なのでにおいが気になります。広口ビンに廃油と一緒に好きなアロマオイルを数滴入れるか、少しもったいないですが半分くらいを新しい油にして作るとにおいが気にならなくなります。また、クレヨンは油っぽいもののほうがよく溶けますし、廃油が汚れた色の場合は濃い色のクレヨンにするとしっかりと色が付きます。

キャンドルの火は廃油で作ったとは思えないほど穏やかに、小さく灯ります。窓辺にたくさん並べるといい雰囲気になりますよ。

季節の星ぼし

星に願いを！ ～ペルセウス座流星群～

毎年7月下旬から8月中旬にかけては、「ペルセウス座流星群」という流星をたくさん見ることが出来ます。とくに今年の8月13日の夜には1時間あたり数十個の流星が流れるそうで、13日の前後でも1時間あたり10個は見えるようです。

安全で暗い場所にレジャーシートを敷いて寝ころび、夜空を広く眺めていると、スーッと星が流れるのが見えます。ちょうど新月が近く空が暗い時期なので、天気がよければよく見えるでしょうし、目が慣れてくると見つけやすくなります。家のベランダなど明るい場所から見るときは、できるだけ周囲の明かりが目に入らないように遮ってくださいね。

安全で暗い場所にレジャーシートを敷いて寝ころび、夜空を広く眺めていると、スーッと星が流れるのが見えます。ちょうど新月が近く空が暗い時期なので、天気がよければよく見えるでしょうし、目が慣れてくると見つけやすくなります。家のベランダなど明るい場所から見るときは、できるだけ周囲の明かりが目に入らないように遮ってくださいね。



お出かけのお供に「マイ箸」

節約玉手箱



レジ袋の有料化が進み「マイバッグ」に関心が集まっています。割り箸はまだ《当たり前》のサービスと思われがちですが、自分にできる小さな節約に気づいた人から意識が変わっていくといいですね。

「マイ箸（まいばし）」を持ち歩く人を見かけるようになりました。もともとは外食先やお弁当を買った時、割り箸を使い捨てにするのはもったいないというエコブームから始まったようですが、今は、自分の箸でご飯を食べたほうが美味しいから」という人も増え、オシャレで自分らしい「マイ箸」にこだわっているようです。たとえばヒノキや竹でできた手になじむもの、漆塗りや黒檀を使った個性的なもの、携帯に便利な半分に折りたためるものなど、箸のデザインも豊富になりました。

色の濃いサングラスでシミができる！？

メラニン色素は、紫外線を浴びた肌が水ぶくれや炎症を起こさないように防御してくれます。けれど、新陳代謝が低下しているとシミやソバカスの原因になるので、必要以上に増やさないようにしたいものです。ところで、メラニン色素をどのくらい作るか判断するのは肌ではなく、実は“瞳”だそうです。瞳が浴びた紫外線の量から肌のダメージを判断してメラニン色素が作られるのです。

濃い色のサングラスをかけると瞳に届く“光の量”が少なくなります。すると虹彩（こうさい）というカメラの絞りのようなものが開いて、より多くの光を見

ようします。もし紫外線カットのサングラスでなかったら、虹彩の開いた瞳に大量の紫外線が注がれてメラニン色素が増え、結果的にシミができる恐れがあるのです。また、目に紫外線を多く浴び続けていると白内障になりやすいとも言われています。サングラスを選ぶなら色が薄く、紫外線カットのものがよさそうですね。



こんなとき

どーする!?

年中行事から

冠婚葬祭まで

～ 土用にご用心！～

「土用」といえば「夏の土用の丑（うし）の日」だと思われていますが、もともとは年に4回、立春・立夏・立秋・立冬前の18日間を指しました。それが今では、「夏の土用」だけが親しまれるようになりました。

今年の土用の丑の日である7月30日にうなぎを召し上がったご家庭も多かったでしょう。土用の丑の日にうなぎを食べる習慣は、江戸時代の学者・平賀源内が近所のうなぎ屋に「本日丑の日」と張り紙をしたことから広まり、今に至るということです。ビタミンAと脂肪の豊富なうなぎを食べて夏バテを防ぐのは理にかなっていますね。他にも土用じじみ、土用餅、土用卵など精の付くものを食べる習慣があったそうです。

ちなみに、うなぎと梅干しは食べ合わせが良くないと言われますが、医学的な根拠はありません。かえって梅干

は胃酸を濃くするので、うなぎの油分の消化を助けてくれます。

土用の頃に気を付けなければいけないのは、「土用波（どようなみ）」と呼ばれる海岸に打ち寄せる大波です。この頃には日本のはるか南の海上で台風が発生し

やすく、日本から遠く離れていても台風の波は日本に押し寄せてきます。沖にある時は目立ちませんが、遠浅の海水浴場では海岸に入ると波が突然高くなり、穏やかな夏空の日でも注意が必要です。

土用は季節の最後にあたるので、「土用明け」の翌日には次の季節が始まります。今年の土用明けは8月7日。そして8月8日は「立秋」で暦の上では秋が始まります。この日からは暑中見舞いではなく、残暑見舞いを出しましょう。



アライチ ニコニコお車相談室



夏のクルマトラブル対策は

夏に多いトラブルで特に困ってしまうのが「オーバーヒート」と「バッテリー上がり」ですね。ドライブ先の遠方でこうなるともうJAFを呼ぶ方が早いです。そうは言っても日頃の点検で予防できますのでぜひ当店にお申し付け下さい。



では、オーバーヒートの原因、ラジエター液の説明です。エンジンルームの中にこのようなラジエター・リザーバ・タンクがあります。極端に減っているようならば冷却水が漏れている可能性がありますので点検が必要です。写真のように八分目入っていればOKです。



夏場はエアコンをガンガン掛けますので意外と電気をつかいます。例えば雨の日の夜、ヘッドライトを点けて、エアコンを掛ながら音楽を聴いています。あれ、事故で渋滞だなあ・・・これ一番バッテリーに良くないパターンです。発電量より使う方が多い、会社なら赤字経営のような物ですね。簡単なチェック方法は夜にヘッドライトを点けて空ぶかしをして下さい。明るさが大きく変化したら要注意です。

これから暑い夏になります、
ドライブする時気を付けなけれ
ばいけない事ってなんでしょう
か？

社長のコーナー ご飯を大盛りにするオバチャンの店は必ず繁盛する

最

近は読んだ本をご紹介するのが多いですね、ここ最近は雨が多かったのでつい出不詳になってしまい、読書する機会も多いです。また本を買うのも「インターネットで注文 コンビニで受け取り」というパターンになってしまいました。



さて今回はテレビの司会でおなじみの島田紳助（敬称略）の著書です。これもタイトルで選んでしまいました。なかなかおもしろいタイトルでしょ、やはり「売れる本・売れる物」というのはネーミングが良いです。例えば「バカの壁」「サオダケ屋はなぜつぶれないのか」とか本屋さんで見かけるとチョット手にとってパラパラっとでも見てしまいますね。

さてこの本ですが、内容は極まっとうなことです。「物を売りたいかったら人の心を動かせ」とか「人と人とのつながりを大切にせよ」「義理・人情は大切な物」など解っていてもなかなか普段の生活では気づかないことが書いてます。お客様の気持ちを大切に。自分自身の行動を今一度振り返ってみるのにはおもしろいと思います。

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

7/22(日)「フィラデルフィア美術館展」
ルノアール・ゴッホ・ピカソなど盛りだくさん
京都市美術館

混雑を予想して早めに家を出ました
おかげでゆっくり見ることが出来ました



これで今夜のおかずはおまかせ!

第47号

かたわら・おいしいへいしー料理

いわしのソテー ~菜園風~

旬のいわしと夏野菜をたくさんつけた色鮮やかな一品

① ソースを作る。にんにくはみじん切り、
プチトマトは半分に、それ以外の野菜は
5mmの角切りにする。



② 鍋にオリーブオイル大さじ2とにんにく、
鷹の爪を入れて弱火にかける。
にんにくが色づいてきたら玉ねぎを入れる。
軽く塩をしてしんなりするまで炒め、
プチトマト以外の残りの野菜を入れる。
中火弱で10~15分ほど炒めたら、
プチトマト、白ワインを入れてさらに
10分ほど煮て、塩・こしょうで味を調える。



③ いわしは開いて内臓・骨・ヒレを取り、
塩・こしょうをして薄力粉をはたく。

④ フライパンにオリーブオイルを入れて温め、
中火で③のいわしを身から両面焼く。
白ワイン、レモン汁をふりかけて少し煮たら器に盛る。

⑤ フライパンに②と水少々を入れて煮立て、
いわしにかける。みじん切りにしたパセリを散らす。



完成まで
あと少し!

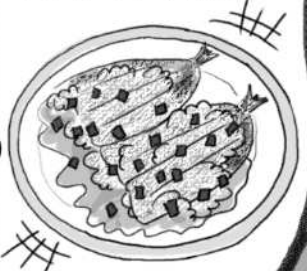


★材料 (2人分)

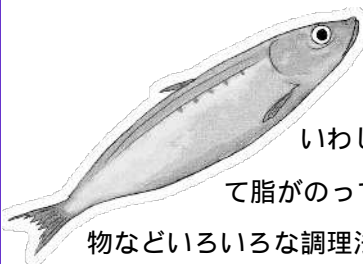
いわし: 4尾
レモン: 1/4個
パセリ: 少々
塩: 適量
こしょう: 適量
薄力粉: 適量
オリーブオイル: 適量
白ワイン: 適量

★<A> (ソース)

玉ねぎ: 1/4個
なす: 1本
ズッキーニ: 1/4本
セロリ: 1/4本
赤パプリカ: 1/4個
マッシュルーム: 2個
にんにく: 1/2片
鷹の爪: 1/3本
プチトマト: 6個



参考: KIRIN おつまみ道場 http://www.kirin.co.jp/about/g_r/otsumami/



いわしは・・・

いわしはほぼ一年中出回っていますが、8月から10月にかけて脂がのって美味しくなります。塩焼き、煮物、酒蒸し、ツミレ、干物などいろいろな調理法があり、生姜や梅干、味噌や酒などで生臭さを消すのがコツです。旬の今は鮮度の良いものをお刺身でいただきたいですね。いわしの身は金気を嫌うので、家庭でさばくときは包丁を使わず指でさばくといいそうです。また、「いわしは7度洗うとタイの味」と言われますが、洗いすぎると旨み成分が抜けてしまうのでほどほどに。

