

快適生活



ひな祭りの豆知識

3月3日は、桃の節句 = ひな祭り

五節句のうち「上巳(じょうし)」と呼ばれる3月3日は桃の花が咲く季節であることから「桃の節句」とも呼ばれています。「ひな祭り」は平安時代の貴族子女のひな遊びや江戸時代の庶民の人形遊びが上巳の節句と結びついて行事となったものです。紙製の小さな人形にけがれを移し、川や海に流して子供の災厄をはらうようにもなり今でも「流し雛」が各地で行われています

ひな祭りの定番メニューとその由来

ちらしずし



エビなどの縁起のいい海鮮類がたくさん。さくらでんぶと錦糸卵で女の子らしい彩りに

はまぐりのお吸い物



ハマグリはペアの殻以外とは形が合わないことにちなみ、女の子の良縁を願う縁起物

ひなあられ



桃の節句に供えられ節句菓子。関東のものは砂糖味、関西のものは塩やしょうゆ味

かわいい変わり雛人形

人形の久月とタカラトミーのコラボレートと人形屋ホンポの共同作業によって作られたリカちゃんの雛人形です。日本人形独特の細目ですっきりとした顔立ちが苦手という若いママさんに人気があるそうです。



値段 15万9900円

ひな祭りイベント

滋賀県

日野ひなまつり紀行 2/6~3/6
日野町大窪から村井、西大路にかけての一带

五個荘の商家に伝わる雛人

2/1~3/27
近江商人屋敷など7会場



岐阜県

飛騨高山ひなまつり 3/1~4/3
ひと月遅れの4月3日がひな祭り
展示場所は100ヶ所以上にのびます

郡上八幡城下町のおひな祭り

2/13~4/3
城下の旧家や美術館などおよそ100軒でひな祭りを祝います

京都府

宝鏡寺、春の人形展 3/12~4/3

人形の寺として親しまれていて宝鏡寺門跡では春と秋に人形展が開催されます

市比ひめ神社 ひいなまつり 3/3

全国的にも珍しい「ひと雛」を見ることができます。この神社は縁結び、子授け、女人厄除けなど女人守護の神社です

鴨川神社 流しびな 3/3

葉を編んで作った「棧俵(さんだわら)」に乗せて雛人形を御手洗(みたらし)川に流し子供たちの無病息災を祈ります



はまぐりのガーリックバター焼き

ひな祭りにお試し下さい！！

作り方

はまぐりは塩水につけて砂出しし、殻同士をこすってよく洗ったらワインとともにフライパンに入れて蓋をして中火にかけます
5分ほどして貝が開いたら取り出してスプーンなどで身をいったんはずして殻に戻します(殻に残っている汁はこぼさないようにして殻の半分はくりと回転させると取れます)
バターをレンジでやわらかくしたら(指で押さえた時にプニッと押せて形が残る程度)、すりおろしたんにくとこしょう少々、刻んだパセリを加えてよく混ぜます

材料

はまぐり	10個
白ワイン	大1
バター	30g
にんにく	1/2片
パセリ	大1/2
こしょう	少々
パン粉	大2.5



のはまぐりの上に のガーリックバターとパン粉をのせて220度のオーブンで5分程度焼きパン粉に焦げ目がついたら出来上がり。

最新！！お知らせ

多賀町リフォーム補助金が3、4月より施行されると決定されました。前回に比べ世帯制限が緩和されます。

詳しくは多賀町広報で近じか発表されます。
注意して見てください。

家にやさしい桐の板

只今、リフォームをさせて頂いている家のクローゼットなのですが湿気がたまらないように側板に桐の板をはりました。



日本の家は木・土・障子・畳という構成で四季に応じて空気の流れと乾き、湿気をうまく調節してきましたが現在ではアルミサッシ・クロス・ガラス・コンクリートの新建材をたくさん使用しています。以前のような空気の調節ができず閉ざされて湿気を相当含んでいる状態です。桐材はこうした部屋の状態に敏感に反応します。

欠点としては樹液が比較的多くしかも特有の性質を持っているので日光や空気に触れると少し黒くなります。

桐の特徴とは……

湿気の調節

四季の変化が激しい日本では湿度が18%～80%の上下があり湿気がたまる環境にあります。桐は湿気を発散するという特有の性質を持ち自動的に湿気を調節する働きを持っています。

防虫効果

シルク、ウール、毛皮などは酸性です。衣類を食べる虫は酸性を好み逆にアルカリ性を極度に嫌います。桐はアルカリ性であるので虫をよせつけないという防虫効果があります。

熱が伝わりにくい

木は200 ほどで発火しますが桐は600 の高熱でも表面を焦がす程度ですみます。

腐食に強い

軽くて柔らかい桐材は腐りやすいと考えがちですが実は極めて腐りにくい木です。桐には多くのタンニン(防腐力が大きい)が含まれているからです。

音響性に優れる

桐材は多孔湿で粘性に富むため音響性に優れています。



絶品！この時期だけ琵琶湖でとれるあゆ「氷魚」

氷魚という魚をご存知でしょうか？
氷魚とは鮎の稚魚でふ化後体長2～3cm ほどで体が透き通っているのが名前の由来になっています。かつては食用に珍重されましたが現在では漁獲量が受注量に達すると漁を修了するように取り決められています。

12月に漁がはじまり氷魚を食べられるのはわずかな期間だけです。



漁師さんおすすめ

氷魚のかき揚げ

氷魚	200g
小麦粉	40g
卵	1個
水	少々

氷魚を薄めの塩水で2度洗い水気を切ります。卵を割り溶いて水を加えます。そこに小麦粉を加えてざっくり混ぜて衣を作ります。ボウルに入れても加え軽くあえます(衣は少なめで……)スプーンですくって油に入れ表面がカリッとするまで揚げます。

氷魚という魚を求めて北へ北へと進んで行き途中のマキノ町あたりではたくさんの雪が残っていることに驚きながらなんと！！高島市の新旭町まで2時間がかりでいってきました。



JR新旭駅前のA-COOPにあるという情報をゲットしていたのですが売っているかどうかドキドキしながらいってみるとキラキラと光る魚の姿が……生の氷魚や釜揚げ・佃煮などたくさん売っていました。



生の氷魚



近江鉄道『家紋入り乗車券・入場券セット』

近江鉄道から近江ゆかりの戦国武将を毎月1人、順に紹介する「家紋入り乗車券・入場券セット」が発売されています。

戦国武将の家紋入り乗車券(460円)と入場券(140円)の組み合わせでともに発売当日限り有効。乗車区間や入場できる駅は毎月変わります。

武将の説明や、滋賀県内のゆかりの場所を写真付きで紹介した台紙に収められています。毎月25日から1ヶ月間販売されます。

1月は米原・尼子間の乗車券と入場券の付いた浅井長政のセットで台紙には小谷城跡の写真が添えられていました。

1月と2月は終わりましたが…3月からは…



3月	明智光秀	4月	豊臣秀次	5月	六角承禎
6月	石田三成	7月	中村一氏	8月	藤堂高虎
9月	蒲生氏郷	10月	京極高次	11月	井伊直政

発売は近江鉄道 米原・彦根・高宮・八日市・近江八幡・日野・貴生川駅です。

水無しで調理ができる鍋「パーミキュラ」 日本の職人さんが作った！！

発売するや否や注文が殺到していて9ヶ月待ちといわれているお鍋があります。鋳物ホロー鍋「パーミキュラ」です。鉄と炭素の合金である鋳物にホロー加工施したもので極限まで高められた密封性から無水調理が可能となっています。



値段 23,800円

「ル・クルーゼ」「ストゥブ」といった海外メーカーが主流になっていますがパーミキュラは名古屋で作られているMade in Japanです。

煮崩れがしにくく素早く素材の芯まで火を通すことができます。日本の職人の高度な技術と手間ひまをかけることにより従来では難しいとされていた高い機密性が実現されました。

無水料理とは食品自体に含まれている水分だけで行う料理です。

通常余分な水を加えず加熱時間が短くすむのでデリケートなビタミン、ミネラル等の損失が少ないと言われています。無水料理は蓋をすることで蒸気が逃げないので水を抑えていてこのおかげで水を使わなくても調理ができます。

平和堂ホーム・サポートサービス

平和堂は平成22年11月1日より地域貢献事業「平和堂ホーム・サポートサービス」が本格的に実施されています。第一取り組みとして「お買い物代行サービス」を9月1日から彦根の銀座店で実験的に開始されました。開店時は銀座店から1km圏内の5500世帯が対象で会員を募集されていましたが対象外の地域からも要望があり地域も拡大されてきています。

内容は平和堂で取扱いされている商品を広告や月1回発行のホーム・サポートサービス商品カタログから電話やファックスで注文でき自宅まで配達してくれます。

営業日は月～土曜日で利用料金は金額に関係なく1回あたり105円、年会費1,000円です。

2月23日からは2号店としてアル・プラザ近江八幡でも開始されました。

お年寄りの方やお体のご不自由な方、小さなお子さんがいる方などには便利なサービスです。

多賀もサービスの対象地域になるといいのですが…



足の健康を考えた優しく歩きやすい新感覚のくつ

「ケアシューズ あゆみ」



履きやすい靴は外に出たくなるための重要なポイントです。

1年間に転倒、転落した高齢者の4割は履物が原因です。

高齢者は転倒すると骨折にもつながりやすいので履物に注意すれば事故も少なくなるのではないのでしょうか？

あゆみは高齢者だけではなく妊婦、リハビリ中、外反母趾などの方にもおすすめです。

あゆみシューズにはこのような特徴があり足にしっかりフィットしてとても歩きやすくなります。

またあゆみでは左右違い・片方購入・中敷の変更・ベルトの長さを変える・靴底をゴム底にかえるなどさまざまな調節ができます。

高齢者の方がモニターとなって靴を履き歩いた感想は「歩くことが楽しくなった！」「優越感を感じる！！」という意見が多いそうです。

お値段も高くなく普通の靴と変わりません。



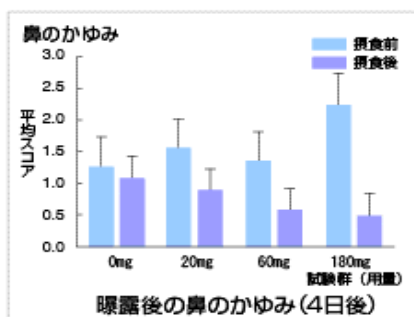
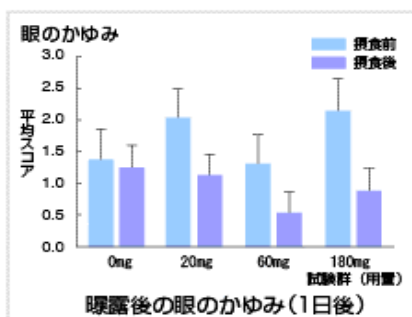
※販売店によって異なる場合があります。お問い合わせは各店舗まで。

花粉症の方におすすめ??

『乳酸菌』

花粉症対策の1つとして近年は「乳酸菌」に注目が集まっています。キリンビールが発見したアレルギー改善作用が期待される「KW乳酸菌」です。またカルピスは「L-92 乳酸菌」が鼻のかゆみ、目のかゆみといった花粉症の症状に効果があることを実験によって実証しました。

これらの花粉症に有効とされる乳酸菌は細菌やウイルスを攻撃するリンパ球とアレルギーの原因となるリンパ球の2つのバランスを改善する働きがあり花粉症やアトピー性皮膚炎などのアレルギー症状が起こりにくい環境を作り出すそうです。このような乳酸菌の働きは菌種によって働きが異なるためどの菌をどれだけ摂取すればどの程度の効果を得られるのかについて研究開発を急いでいるそうです。この季節はつらい思いをする人がたくさんいるので早く結果を出してもらえるとありがたいです。



出典 ※1

乳酸菌+オリゴ糖で免疫力倍増!!

オリゴ糖は腸内の乳酸菌やビフィズス菌のえさになることで善玉菌を増殖、活性化させます。そして乳酸菌は腸内を酸性にし悪玉菌が済みにくい環境にしてくれます。つまり、オリゴ糖と乳酸菌の相乗効果で腸内を善玉菌優位な状態にします。

オリゴ糖は乳酸菌を増やすことで腸内環境を整えますので間接的にアレルギーの緩和に貢献しています。



Flower 日向水木



マンサク科サミズキ属の落葉低木。

日本の本州、石川県から兵庫県の日本海側と台湾に分布しています。やせた岩地に生え高さは1~3mになります。

3月か4月頃、葉の展開に先立って淡黄色の花を下垂れて咲かせます。

別名「伊予水木(いよみずき)」

ポータブル地上デジタルテレビ「VIERA」

パナソニックからポータブル地デジテレビの新製品VIERA DMP - BVシリーズ/HVシリーズ計3モデルが3月18日に発売されます。

4 アンテナ内蔵でアンテナケーブルを接続せずに自由に持ち運べ地デジ放送に加えてワンセグ放送も視聴できます。

新機種それぞれの特徴は...

DMP - BV300

ブルーレイディスクやDVDの再生が可能なほかHDMI出力ポートも備えます。付属のバッテリーで最大4時間駆動。LANは有線のみ。別売りのアダプターで無線LAN対応。

DMP - HV200

キッチン向けの防滴モデル。国内の地デジテレビで初めて画面の前に手をかざして動かすことでチャンネル送りや音量調節ができる「ジェスチャーコントロール」を搭載。料理中に汚れた手でもリモコンを使うことなく本体から5~10cmの距離で手をかざしてスライドするだけで変わります。別売りのバッテリーパックで最大4時間駆動。有線LAN端子の他無線LAN端子内蔵。



DMP - HV150

防滴モデル。ジェスチャーには非対応(リモコンは付属)。ネットワーク接続は有線LAN端子。または別売りの無線LANアダプタ。バッテリーパックには対応しないACアダプタ駆動専用。

このほかいずれの機種もネットワーク接続でYouTube再生やパナソニックのレシピサイト検索、別売りのコミュニケーションカメラでSkypeに対応します。

DMP - BV300	80,000 円前後
DMP - HV200	53,000 円前後
DMP - HV150	43,000 円前後



〒522-0341

滋賀県犬上郡多賀町多賀1522-1

島崎工務

TEL 0749-48-0077

FAX 0749-48-0112

ホームページ <http://www.shimazakikoumu.com>

E-mail sima0077@leto.eonet.ne.jp

Letter mail yumi-letter@docomo.ne.jp



ご興味のない方は配信を中止させていただきますのでyumi-letter@docomo.ne.jpかFAXの方へ名前だけでも結構ですのでご連絡をお願いします。