



ユトリエ ニュース

2018
8月号
NO.81

記念日カレンダー

めっちゃ旨レシピ

季節の話題

知っ得?知っ得!

無料税務相談

現場報告

2018年8月・第81号



記念日カレンダー

8月18日 お米の日

早いところでは8月中旬から収穫が始まる米。毎月8日は「お米の日」と全国農業協同組合が制定していますが、8月18日も「お米の日」とされています。

「米」の文字を解体すると「八」「十」「八」になることに由来。「88才」を「米寿」というのと同じですね。また、稲作は88の手間がかかることを由来する説もあります。手間をかけた分だけ神様が宿るといわれており、米には88の神様がいるということになります。



主食として古くから日本人を支えてきた米。毎日食べるものだからこそ、美味しく食べたいものです。そのためにも、保管方法として、
・直射日光にあてない、
・湿気を避け、風通しのよい所で、
・3週間で食べきれない分は、密閉して冷蔵庫の野菜室へ、
・保存容器をマメに洗うことをオススメします。夏場はノシメダラメイガ（ノシメコクガ）や穀象虫（こくそうむし）が発生しやすいので、特に保存容器を清潔に保つことが大切です！（全国農業協同組合茨城支部HPより）

稲の穂が大分色づいているのを見かけます。あと少しで新米の季節。水分をたっぷり含んでもっちりしているのはこの季節ならではの楽しみです。

子供のころ学校で「江戸時代は封建時代で、士農工商と身分が分かれて、庶民は武士階級に支配されていた」と教わりました。ところが、実はそうでもなく、戦乱の時代から太平の時代になり江戸では市民が経済的な力を持って自由な市民社会が展開されていたようです。江戸後期には人口130万人とロンドンやパリをしのぐ世界最大の都市でした。

辛コラム

江戸庶民の反骨精神

そんな中で歌舞伎、落語など色々な庶民文化が栄えたのですが、その一つが「浮世絵」です。18世紀後半から菱川師宣や鳥居清長、喜多川歌麿、葛飾北斎、歌川広重など多くの天才画家が活躍し、やがて多色刷り木版画が発明されて広く庶民に広がります。その中で一時大流行したのが美人画で、花魁、芸者からついには茶屋（今のカフェ）の美人ウェイトレスまで描いて人気を博します。茶屋看板娘に至っては茶屋の周りに見物人の人だかりが出来てしまい、ついにお店の名前を書くことが禁止されます。ここで、江戸庶民の反骨精神、心意気が発揮されます。

歌麿が描いた浅草観音脇の「難波屋おきた」のプロマイド。禁止令を受けて店名も名前も書いていませんが、プロマイドの左上に謎かけが描かれています。葉が二把、矢が一本、沖合に船、手前はたんぼ、なんと「なにわ屋 おきた」とちゃんと書いてあります。「高名美人六家撰 アダチ版画」と検索すると6人分見られます。恐れて政権に手厳しい記事など思い切り報道できない最近のマスコミとは大変な違いです。

Panasonic Builders Group | パナソニックビルダースグループ

ユトリエホーム

（太田建設株式会社 テクノ事業部）

フリーダイヤル 0120-318-093

ユトリエホーム 検索

メール: techno@yutoriehome.jp

www.yutoriehome.jp

太田建設はZEHビルダーです。



ZEH29B-00279-CTR

【本社】 〒277-0861 柏市高田1313-4 TEL.04-7143-0506 FAX.04-7144-3345

めっちゃ旨レシピ



写真は、五穀米でシラスをトッピングして作りました。



《材料》

- 米 …… 2合
- 梅干し …… 3個

★こんなに沢山！トッピングの例★

色々試して、マイベスト！を見つけよう。

1. みょうがの千切り
2. 針しょうが
3. しらす
4. 大葉の千切り
5. すりごま（白）
6. たくあん
7. 粉かつおぶし
8. 枝豆
9. 野沢菜
10. たらこ
11. ひじき
12. サラダチキン（細く割いたもの）
13. アサツキの輪切り、しらがねぎなどネギ類

その他、一工夫で味わいも変わります。

- ・米を炊くときの水を出汁に替える
- ・昆布を米と一緒に炊いて、炊き上がったたら昆布を取出し千切りにして混ぜる。

1. 米を洗う。
竹ざるなどに米を入れて水でささっと洗って「引き揚げて研ぐ→水でささっと洗い流す」を2、3度繰り返す。
★水に米が浸かると米が糠を再び吸ってしまうので、水の中で研がない。
2. 米と2合分の水をお釜に入れて2、3時間置く。
手で軽くほぐした梅干しを上置いて一緒に炊く。
炊き上がったらしゃもじで梅干しが全体にわたるよう、ほぐしながら大きくかき混ぜる。
3. 梅干しが入ると米が腐り難いし、クエン酸で夏バテ予防にもなり、一石二鳥。
夏場の暑さしのぎで白米替わりにしてはいかが。
物足りないなら、炊き上がった後に、右記のトッピングを加えてみて！

季節の話題

すだち

8月～10月が旬の「すだち」。徳島県の特産品で、日本全国の98%の生産量を誇り、県花は「すだちの花」だ。市場には濃い緑色の、熟す前のものが出回るが、熟すとみかんと同じようにオレンジ色に色づく。

ところで、すだちに似た柑橘類に「カボス」がある。こちらはすだちよりも大きく、重さも倍以上、97%の生産量を誇る大分の特産品。

どちらもミカン科の柑橘類で、ゆずの近縁種でもある。

普段すだちは、松茸や焼き魚に添えられたり、風味づけや薬味的な使い方が多い印象だが、果汁にも皮にも栄養が沢山！

「すだち」の果汁

酸っぱさの正体クエン酸やビタミンCが豊富に含まれる。これは豚肉や魚介類に多く含まれるビタミンB群と一緒に摂ると疲労回復効果がアップ！柑橘系の香りの成分「リモネン」にはリラックス効果や血行を促進する効果も。

「すだち」の果皮

ビタミンA、ビタミンE、カルシウム、スダチチンなどの栄養素が含まれる。

「スダチチン」は、2006年に発表されたすだちの果皮のみに含まれるポリフェノールの一種で、肥満抑制効果や糖尿病の改善も期待できるとのこと。

まだまだ研究中でこの成分を利用した様々な商品開発が進められているとのこと。これからの季節に、マーマレード風のジャム、果汁で作るポン酢など、積極的に楽しんでみてはいかがでしょうか。



靴の中が蒸れる夏場
～清潔な足を保つ～

知っ得？しっ得！

お風呂で足のケアをする

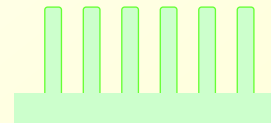
夏だからこそ、お風呂で汗を流してさっぱり清潔でいたいものです。忘れがちなのが「足」。エステサロンでのマッサージなどありますが、自宅で毎日簡単にできる足のケア方法をご紹介します。

■用意するもの

- 右図のような直径2mm程の弾力性のあるブラシの付いたフットブラシ
- 石鹸

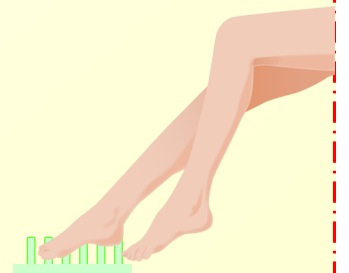
■方法

1. フットブラシをよく濡らす。
2. 石鹸をフットブラシの上でくるくると回しながら泡立てる。
3. 椅子に座って、足をフットブラシの上に置いて、前後左右に動かす。指の間にもブラシを通して、しっかり洗う。



■効果

- ★血行促進
- ★足の臭い対策
- ★角質ケア
- ★リラックス効果



フットブラシは様々な種類、異なる仕様で販売されているようです。ご自分がこれ！と思うものを、吟味してご購入ください。一日中、私たちを支える足。労わってあげると、明日から元気に動いてくれるかも。

※相続税・贈与税の無料相談ご希望の方は、以下項目3. に「相続税・贈与税に関する相談希望」とご記入ください！

お住まいの疑問、
お気軽・簡単
質問箱！

- どんな小さな疑問も、右のハガキで解決！
- すぐにお答えします。
- 切手不要、切り取ってそのままポストに投函！
- 希望や疑問は百人百様。あなたの求めている方法が見つかるかもしれません。

ユトリエ

1. あなたは今お住まいについてご検討中ですか。

- 新築 建替 リフォーム
- その他 ()
- 土地を探している

2. 資料を

- 希望する。
- *特にご希望の資料があればご記入ください。()
- 不要。
- 直接話を聞きたい。
- その他 ()

3. 聞きたいこと、これって実際どうなの、と思ってることありませんか。小さな疑問から、家のいろいろが見えてきます。

4. ご希望の回答方法

- 氏名 ()
- メール ()
- 電話 ()
- 直接話を聞きたい (Oで囲んでください)

• 当社への来訪希望 ・ 営業によるお宅訪問希望 (ご住所:)

きりとり線

税のことって、わかり難いからと
 ついつい先延ばしにしているませんか？

無料税務相談

“税務・保険” 無料相談

★私はこれで、京都に行ってきました★
 節約って、好きな何かをやめたり、我慢したり、結構努力が必要ですよ。でも、ちょっと生命保険を見直して整理するだけで、簡単に節約できちゃったりするんです。

場所：ユトリエホーム 柏モデルルーム
 参加費：無料 *随時受付中！
 ★経験を積んだファイナンシャルプランナー
 がアドバイスいたします。

対策は
 万全？

無料相談

生命保険を見直す、かしこく使う

生命保険・節税に関するこんな“お悩み”ありませんか？

- 現在加入中の保険内容を良くご存知ですか？
- 意外と知られていない節税に関するお話を伝授します。
- 保険・税金を賢く活用すると家計が楽になるかも？
- そもそも相続税・贈与税のしくみをあまり知らない。
- 親族に資金援助（住宅資金等）をしたいけど、非課税はいくらまで？自分に合った対策を知りたい。

★随時受付中。ご連絡頂き日程をご相談させていただきます★

我孫子市 S施設 ～ 家屋部完成・外構工

2018年2月から我孫子市で建設中だったサービス付き高齢者住宅の家屋部分が完成しました。現在は外構工事を行っています。秋のオープンも、目前。全50戸、入居した方皆さんに快適に過ごして頂けることを、当社も楽しみにしています。



きりとり線



代表取締役社長
 太田 享

残暑お見舞い申し上げます。
 今年の夏は世界的な猛暑で、我々日本人にとっても予想以上に厳しいものになりました。そして、自然の前では人間は何もできないのだと改めて感じる夏でした。
 自然災害に自分がいつ巻き込まれてもおかしくない時代ですが、結局はできる予防をして万に備え、恐れることなく日々しっかりと生活するというのだと思います。日々の生活を充実し豊かなものにしたいと思っています。
 そして、皆さまの生活のなかで、少しでもお役に立ちたいと強く思っております。

ゆうちょ銀行

料金受取人払郵便
 柏支店承認
 317
 277-0861

差出有効期限
 平成30年
 6月14日まで
 (切手不要)

太田建設株式会社

〒277-0861 千葉県我孫子市

