



# ユトリエニュース

2021  
5月号  
NO.114

記念日カレンダー

これ知ってる?

めちゃ旨レシピ

季節の話題

知っ得?知っ得!

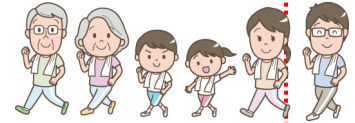
無料税務相談

2021年5月・第114号



## 記念日カレンダー

5月31日 ~ 世界禁煙デー ~



5月31日は「世界禁煙デー (World No-Tabacco Day)」、世界保健機関 (WHO) が制定した禁煙を推進するための記念日です。

日本でも厚生労働省が5月31日~6月6日を「禁煙週間」と定め、特設Webサイトを開設したり、喫煙や受動喫煙による健康への影響から人々を守るために禁煙の訴求を積極的に取り組んでいます。

2020年度の特設Webサイトには、「たばこの煙には、5,300種類以上の化学物質や70種以上の発がん物質が含まれています。これらの物質によって体の多くの細胞の遺伝子や器官が傷ついて老化すると、がんや脳卒中、心臓病、慢性の肺疾患、糖尿病、腎臓病といった病気にかかりやすくなります。たばこを吸わない人も、受動喫煙によって健康を損なうリスクが高まります。」とあります。

世界禁煙デーは、「国際デー」のひとつ。「国際デー・週間」は毎年定められた日・期間に、国際機関が特に重要な問題の解決を図るため世界的に呼びかけをする日で、3月8日「国際女性デー」、6月7日「世界環境デー」など、数多く定められています。

SDGsという言葉が随分と見聞きするようになりました。

これ知ってる?

SDGs

貧困、気候変動、差別など世界が直面する課題の解決をを目指し、国際連合 (国連) が掲げた2030年までに達成すべき具体的な目標、それが「持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals)」。略してSDGs (エス・ディー・ジーズ)。17の世界的目標、169の達成基準、232の指標で構成されています。

SDGsについて国際連合広報センターのホームページに次のように紹介されています。

「すべての人々にとってよりよい、より持続可能な未来を築くための青写真です。貧困や不平等、気候変動、環境劣化、繁栄、平和と公正など、私たちが直面するグローバルな諸課題の解決を目指します。SDGsの目標は相互に関連しています。誰一人置き去りにしないために、2030年までに各目標・ターゲットを達成することが重要です。」

17の目標は、①貧困をなくす、②飢餓をゼロに、③すべての人に健康と福祉を、④質の高い教育をみんなに、⑤ジェンダー平等を実現、⑥安全な水とトイレを世界中に、⑦エネルギーをみんなに・クリーンに、⑧働きがいと経済成長、、、と続きます。

それを見ると、私たち日本人にとっては当たり前なのが当たり前でない国々があるということ、そして気候変動、平等、平和など、私たちにも危機が迫っているということ、そのために世界が助け合う必要があるということ、様々なことが見えてきます。



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

# 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

メール: [techno@yutoriehome.jp](mailto:techno@yutoriehome.jp)

[www.yutoriehome.jp](http://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



暑い日々  
の到来で  
す。急な気  
候の変  
化も、し  
っかり食  
べてエネ  
ルギー  
チャージ！



- 《材料》 2人分
- サニーレタス …… 8枚
  - 豚バラ肉のブロック …… 200g
  - 塩・胡椒 …… 少々
  - キムチ …… お好み
  - つけダレ
  - ごま油 …… 大さじ1
  - 砂糖 …… 小さじ1
  - 酢 …… 大さじ1
  - 醤油 …… 小さじ1/2
  - 味噌（またはコチュジャン） …… 小さじ1

1. サニーレタスは1枚1枚よく洗い、水気を切って冷蔵庫でパリッとさせる。
2. つけダレは先に作っておく。全ての材料をかき混ぜるだけ。
3. 豚バラ肉ブロックを1cm程度の厚さ、巾5cm程度に切り分け、軽く塩・胡椒をする。  
食べる直前にグリルで10～15分程度、中までしっかり火が通って表面に焦げ目がついたら、皿に盛る。  
\* フライパンで焼いてもいいが、グリルは豚肉の脂が落ちてさっぱり沢山たべられる。
4. 上記1と2のサニーレタス、豚肉、キムチを皿に盛る。  
サニーレタスに豚肉、キムチをのせてくるくるっと巻いて、ほおばりましょう。

★こんなアレンジもおススメ★

- つけダレはポン酢でも、ゴマダレでも、焼肉のタレでも。
- キムチの代わりに柚子胡椒を少しのせて、つけダレにつけずそのまま。
- 白髪ねぎ、きゅうりの干切りなど、お好きな野菜をお肉と一緒に巻く。
- サニーレタスの代わりに、レタスや韓国でよく食べられているサンチュ、軽く茹でたキャベツで。

季節の話題

旬の話題 ～ 桐 ～

4月中旬から5月にかけて薄紫色の上品な花を咲かせる桐の花。シソ目キリ科の植物で15mもの高さになまで成長する。その姿は何とも言えず美しく悠然としている。

桐は材木としても優れている。とても軽く、湿気を通さず割れにくい、そして狂いが少ないことから、重要書類などを保管する箱、雅楽の伎楽面、琴、家具などに使われている。娘の誕生を祝って桐の木を植え、お嫁に行く時にこの木で筆筒をつくるのが習慣だった時代もある。

桐をモチーフにした紋章は、日本国政府の紋章、500円玉の表面の模様モチーフと、日常的にも目にしているが、その歴史は古く平安時代に遡る。



桐は中国から朝鮮を通して日本に入ってきたとも、九州地方に自生していたともいわれるが、中国では鳳凰が住む高貴な木とみなされ、その影響もあって平安時代初期、嵯峨天皇の衣服に桐の模様が描かれた。桐紋は高貴なものとして扱われてきたが、天皇から家臣などに授けられ、広まっていった。授けられたひとり、豊臣秀吉の桐紋は「太閤桐」と呼ばれる。明治神宮の御朱印には菊紋と桐紋が両者が並んでおり、格式の高さを表している。

桐紋は、桐の3本の花序と3枚の葉がモチーフで、花序につく花が3つ5つ3つで並ぶ「五三（ごさん）の桐」、5つ7つ5つで並ぶ「五七（ごしち）の桐」、五三の桐を丸で囲んだ「丸に五三の桐」などがある。





## 知っ得？しっ得！



2021年の八十八夜は5月1日。新茶が店頭に並び、美味しいお茶を楽しむことができる季節です。立春から数えて88日目、「八十八夜の別れ霜」、この頃に最後の霜が降って、あとは安定した穏やかな季節になるといわれています。昔から茶摘みや稲の種まきはこの頃に行われています。

日本人には欠かせない日本茶も種類はさまざま。季節などで茶葉を変えてみるのも楽しそうです。



### ■ 煎茶（若蒸し煎茶・深蒸し煎茶）

最も一般的で多く飲まれている煎茶。春先に摘まれたお茶を一番茶、初夏は二番茶、真夏は三番茶、秋は秋冬番茶とよばれ、煎茶は主に一番茶から、ものによっては二番茶から作られている。それぞれに異なった香りと味わいが楽しめる。

さらに、若蒸し（浅蒸し）、普通蒸し（中蒸し）、深蒸し、特蒸しと、茶葉を蒸す時間の長さで見た目や味わいが異なる。いずれもカテキンが豊富。

#### ・ 若蒸し煎茶

蒸し時間が短時間なので茶葉崩れが起きないため、見た目は針のように細くよれている。お茶を淹れると、黄色のような薄い色で、低温でじっくりと淹れるとうま味が出て、熱湯だと渋みが出る。

#### ・ 深蒸し煎茶

蒸し時間が長いので茶葉が柔らかく、強く揉むことで形状としては粉っぽくなる。お茶を淹れた時、深い緑色で、何杯飲んでも美味しく飲める。

### ■ 番茶

三番茶、秋冬番茶のこと。関西では二番茶以降のお茶を指すこともある。また一番茶を摘んだ後の大きく硬くなった葉で作ったお茶も番茶とよぶことがある。血糖値を下げる「ポリサッカライド（多糖類）」が日本茶の中で一番豊富。ただポリサッカライドは熱に非常に弱いので、栄養素の観点からは水出しで飲むとよい。

※京都の「京番茶」、徳島の「阿波番茶」など各地域で古くから伝わる、蒸さずに炒って作るお茶も「番茶」と呼ばれる。茶葉を乾燥させてから炒るので、茶葉は茶色く、スモークの香りと味わいがする。

### ■ 玉露

高級茶と、茶摘みの2～3週間程前から茶園を覆って太陽の光を約8割遮って、うまみ成分「テアニン」（アミノ酸の一種）が渋み成分「カテキン」に変わるのを防ぐ。このことでテアニンが凝縮され、40～60度のお湯で淹れると、とろりとした甘みの強いお茶に。陽に当たらない分、ビタミンCは他のお茶より少ない。

### ■ 茎茶、粉茶

煎茶は蒸して一次焙煎（荒茶）した後、より水分を減らし品質を良くするために二次焙煎をする。その時に出る茎茶と粉茶。いずれも全体の10%程度と量が少なく、希少といえる。煎茶とは違った独特の味わいがある。

### ■ 玄米茶

煎茶や番茶にもち米やうるち米の玄米を煎ったものを、玄米茶という。香ばしく、ミネラルたっぷりの玄米とポリサッカライド豊富な番茶の組み合わせは健康にもよい。

### ■ ほうじ茶

番茶を160～180度の高温で焙煎したもの。高温焙煎でお茶の成分は残らないが、ほうじ茶独特の香りと味わいを楽しめる。茎で作られたほうじ茶は甘みがあって、葉のほうじ茶とは一味異なる。



## 無料税務相談

税のことって、わかり難いからと  
つつい先延ばしにしているませんか？

### “税務・保険” 無料相談

対策は  
万全？

★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！

### 生命保険を見直す、かしく使う

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頂きます★

## 柏市 L店舗 ～リフォーム完成～

いつも住宅や新築店舗などのご紹介をしていますが、店舗のリフォームなども数多く手がけています。そのうちのひとつ、柏市のL店舗。施主さまのリクエストのR型のカウンターは職人のオリジナル。テーブル部分は、間接照明を埋めて乳白色のアクリル板で蓋をしました。この細工と天井から漏れるブルーの照明で、宇宙的な異空間に仕上がりました。店舗の照明というのは、空間デザインのうえでとても大切ですが、それは住宅も同じ。住まいと店舗は目的は異なるものの、照明という観点で住まいを考える時の参考になります。照明の色を変えてみる、それだけでも随分と変わるものです。



代表取締役社長  
太田 亨

楽しみにしていたゴールデンウィークも、東京は緊急事態宣言が出て、千葉を含む隣接する県の一部もまんぼうこと「まん延防止等重点措置」対象となり、いまひとつすっきりしない気分です。今年は、家族とのんびり過ごし、体と心のメンテナンスの休日にしました。

生活スタイルの多様化で家で過ごすのがつまらないものを感じるのか、それとも多様化だから家でも楽しく過ごせるのか、それは人それぞれです。ただ、住宅を建築するうえで、「家でいかに快適に過ごすか」という点を追求した住まい造りがますます必要になる時代だと考えています。

また、台風、地震、猛暑など気候による災害が増え、ここ数年で特定の地域のものでない、身近なものとして感じられるようになり、「災害による被害をいかに最小限の抑えられるか」ということも、住まい造り真剣に取り組む必要があります。

新築だけでなく、リフォームをすることで劇的に住まいの見た目も中身も変えることができます。漠然としたことも、相談することで望むことがはっきり見えてくる場合があります。気になる方は遠慮なくご相談ください。