

を

「物」の先には「事」がある。事の先には「つながり」がある。

あり余っているから、すぐお金で買えるから、いつでもどこにでも捨てられるから。

そんな社会と暮らしが、本当に望んだものなのか、快適なのか。

疑おう。それには、きちんとしていて、わかりやすくして一流の物差しがいる。

その物差しは、風土と季節、文化的、伝統的がいい。

みんなに共通で、しかも変わることがないから。日本人なら毎日の生活の中で使いこなせるから。

大切にしよう新聞

2019.5
MAY



漁港には匂がある、ドラマがある。

全国漁港巡り



「鰹(かつお)のタタキ。本場の味は違わせよ！」

久礼漁港。カツオの一本釣りで有名な漁港。青柳裕介氏著のコミック「土佐の一本釣り」の舞台です。

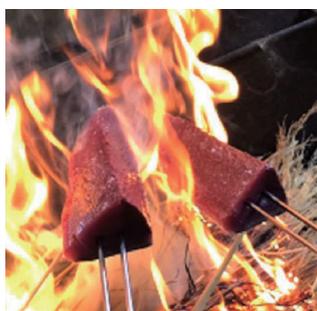


鰹料理ほど、現地とそれ以外の味わいが違うものはないとか。鰹はやっぱり土佐にて食するのが一番。それはなぜ？第一は「鰹の新鮮さ」が違うこと。そして「料理法」の違いが大きい。



とくに「たたき」のポイントは「薫焼き」。

一気に強い火がでる「薫」ならではの炎で焼くことによって、身がしゅんと引き締まり、生臭みが消え、独特のこうばしい香りもついて、絶妙な味わいに。



さらには「切り方」。土佐の刺身は分厚い。まるでステーキのような厚さ。この厚切りに豪快にかぶりつく旨さが魅力。

すっきり爽やかなのは「叩き」のおかげ？

「鰹の表面をうっすらと焼くことで水っぽさを取り、歯ざわりにリズム感をつくり、さらに二杯酢を振っておき、塩を振りかけ、それを全体になじませる合理的な調理法。土佐人の高度な味覚が作り上げた調理法の傑作なのであります。」

(辻嘉一「食味」より)

さて最後に、土佐の名物料理なのだから、当然、土佐の酒が一番いい。産地が一緒だからというだけでなく、実は、味わいのバランスがとて面白いとの評判。

土佐の一本釣りとして知られる鰹が名産の中土佐町の地酒(右)。



あなたも「センテナリアン」に！

センテナリアンとは、100歳以上の人を指す言葉

平均寿命の延伸とともに、100歳以上まで生きることを現実的な目標として生きていく人が増えていきそう。



毎日のお料理に洗いの

キッチンの高さが健康障害やストレスになって、認知症の引き金にならないように。

キッチン仕事は毎日毎日、高さが自分に合わなければ使いづらく、不健康、不便でストレスの溜まるキッチンライフになります。そんな毎日を高齢になっても続けていると…



- ① 腰痛
- ② 服が濡れる
- ③ 力が入らない

主婦にはキッチンの高さは、デザインより重視したいポイントです。

小柄な方の場合

高いキッチンだと野菜を切る時、特にカボチャなど固い野菜の場合、力が入らなくなかなか切れない。時には力を入れすぎてバランスを崩し、包丁で手を切る事もあります。

背の高い方は

両足を広げ気味でキッチンに立たないと高さが合わなく、屈みながら調理をしないといけないので作業中、作業後、腰痛に悩まされることも。

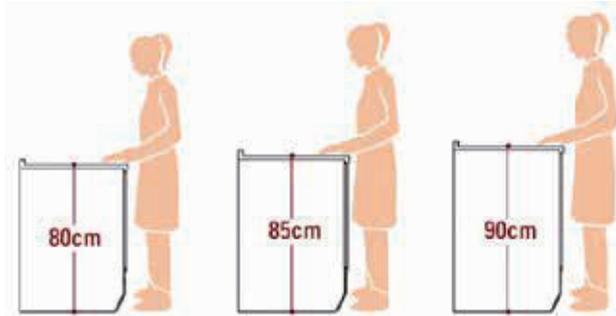
では、身長にあわせてキッチンの高さを選ぶのはどうすれば、いいの？

キッチンの高さを身長から計算する方法があります。

身長(cm)割る2+5cm これがキッチン高さと身長の計算方法です。

例えば身長160センチの方 **(160cm割る2)+5=85**

さてキッチンの高さの標準は3種類あり、一番多いのは、85センチの高さが多く使用されています。



(床から天板の高さまでが「キッチンの高さ」)

● 80cmの高さ

身長160センチ以下の小柄な女性に丁度いい高さで、力も入りやすく調理しやすいです。

● 85cmの高さ

身長160cmぐらいの女性に丁度、使いやすい高さだと思います。洗い物、調理など不便なく使用できます。

● 90cmの高さ

身長170センチ以上の女性の方に使いやすい高さです。ガスコンロでお鍋を振るのも問題なくできます。

ただ、キッチンの高さは使う人の身長によって同じ高さでも「低い、高い」の感じ方が変わります。そして「体型」です。

身長が同じ160cmの方でも腕の長さや座高の違いで、同じキッチンの高さでも感じ方は人それぞれです。

ショールームで一度チェックしてみてもいい。

「あと3cmぐらい高かったら楽ねえ」

「もう少し低かったら力が入りやすいわ」

この思いがあなたにぴったり合うキッチンの高さです。

*ご注意:ショールームのキッチンの前では「靴」を脱いでチェックしてください。



歌は世にこれ 世は歌にこれ

64年という元号の中で最も長い年月の中の昭和は激動の時代でもあり“歌は世につれ世は歌につれ”と数多くの歌が生まれ流行り散っていきました。
そんな昭和の流行り歌を時の流れに沿ってご紹介。
甦る青春のひとつで、ちょっとでもほっこりして頂ければ。

放送 第五回目 / 昭和8年

東京音頭

作詞：西條八十 作曲：中山晋平

ハア 踊り踊るなら チョイト東京音頭 ヨイヨイ
花の都の花の都の真中で ヤットナソレヨイヨイヨイ

ハア 花は上野よ チョイト柳は銀座 ヨイヨイ
月は隅田の月は隅田の屋形船 ヤットナソレヨイヨイヨイ

ハア おさななじみの チョイト観音様は ヨイヨイ
屋根の月さえ 屋根の月さえ懐かしや ヤットナソレヨイヨイヨイ

ハア 西に富士の嶺 チョイト東に筑波 ヨイヨイ
音頭とる子は 音頭とる子はまん中に ヤットナソレヨイヨイヨイ

ハア よせて返して チョイト返して寄せる ヨイヨイ
東京繁昌の 東京繁昌の人の波 ヤットナソレヨイヨイヨイ



当時、上野や隅田川辺りで流れていたよう

ももとは「丸の内音頭」という曲名で制作され、日比谷公園での盆踊り大会で披露。関東大震災で壊滅した東京も同年7人口約530万の世界第2位の都市になり、有楽町の旦那衆は不況を吹き飛ばす景気づけとして、それまでなかった都会の盆踊りを企画。現代でもみんな知ってるし、ヤクルトスワローズの応援歌としても有名。踊りたくなっちゃう音頭、やっぱり日本人にぴったりなんだなあ！！

ぜひ、YOU TUBEで・・・

東京音頭 youtube

- この年の出来事 かがいつまみ
- 2月 ビスコ発売
 - 4月 小林多喜二の「蟹工船」が発禁処分。特高警察によって虐殺された小林多喜二の代表作。
 - 9月 米国映画のキングコングが日本でも上映



曲はYouTubeですぐお聴きになれます。

若さに触れるクラシック音楽

クラシック音楽は古い？いえむしろ若くして亡くなった天才達のエッセンスが若い感性で伝わってきます。若いときには感じなかった「青春つぼさ・純粋性・フレッシュ感」に触れてみると、これが意外に新鮮？！

わずか32歳で亡くなった大天才。10代から名曲揃い踏み。

シューベルト

ピアノ五重奏曲

シューベルトが22歳、まだ若々しく希望と幸福にあふれていた時期の名作。映画「アマデウス」でモーツァルトの宿敵だったサリエリから個人的な指導を受けていました。でもサリエリは、ハイドンやモーツァルトの真似だと非難してシューベルトを悩ませたそうですが、やはりサリエリは凡人だったのでしょかね(?)



キャンパス飛、この逸品にトライ!

「今時の若者は～」というご年配の方々。でもこれはソクラテスの時代から変わらない普遍的なキーワード。「今時の若者は～」という前に、「今時の若者」を体験してみませんか。

初夏から夏にかけて「いちじく」は旬。

大阪いちじくドーナツ

羽曳野市のいちじくを全国に。そんな大阪府立大学といちじく農家の思いが詰まった焼きドーナツ。ドーナツのなかに栄養価の高い皮ごといちじくを乳酸菌発酵させたジャムを詰め、いちじくの実のつぶつぶチョコレートでコーティング。ふわりと甘いドーナツを召し上があれ。



Information 価格 780円(税抜き) 内容量 6個入り

お問合せ みどり製菓株式会社
〒546-0032 大阪市東住吉区東田辺3-2-1
TEL 06-6691-6186

いつまでも二人元気で仲良く、「単純温泉」。

温泉は古くから神秘的な存在でもあり、治癒の聖地でもありました。健康寿命を長くするためにも、たまには温泉へ。そこでちょっと見直したいのが、各地の「単純温泉」。実は、「単純ではない『単純温泉』の極め付き温泉地が、ここ!



駒の湯山荘 新潟/駒の湯温泉

硫黄臭が鼻をかすめる癒し系の温泉。山奥の一軒宿、まさに秘湯の雰囲気。



国道よりたいした山道を通るわけではないのに、非常に山深く秘湯と呼ぶに相応しい場所に駒の湯山荘があります。宿の周りは人工物がいっさいなく美しい自然がたんまり。宿もいかにも山荘といった感じです。

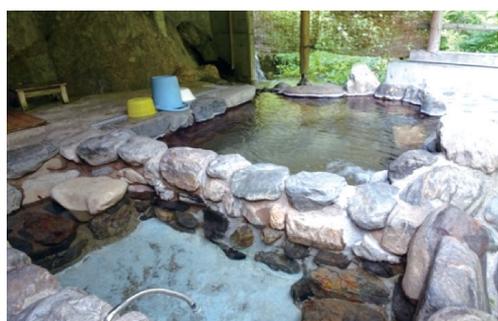
窓の下に流れる川の音が心地よく、窓を開けると自然の風が。



湯はやさしく、最初は冷たく感じるものの、10分も入っていると身体がジワジワと温かく。ご主人の話では最高12時間つかっていた人がいたとか。(混浴露天風呂)



源泉の温度は人の体温より少し低めですが、湯船にはこんなに必要なのか?と思うほどザッコンザッコンすごい勢いで湯が注がれています。



この貸切露天風呂がなんと豪華で贅沢。制限時間もなく、空いてさえいればいつでもいつまでも入っていられます。



思い出づくりにぴったりな和室。エアコンやテレビなどは一切なくあるのは囲炉裏とテーブルとランプのみ。窓が多く部屋が広いのでとても開放的です。

「単純温泉」は成分が単純なので、あまり効能がない? 答えは **X**

泉質の特徴は効能成分が「薄い」だけ。でも薄い温泉=あまり価値がよように思われがちですが、刺激が小さく湯あたりを起こしにくく「やさしい温泉」なのです。子供からお年寄りまで安心して入れる温泉で、温泉ソムリエは「家族の湯」と名づけています。

▼お問い合わせは・・・



あすの街づくりを創造する

株式会社 **アービック建設**

〒272-0034 千葉県市川市市川1-23-9 4F

／ 施工事例 多数掲載! ／

アービック建設 リフォーム **検索** 

 **0120-253-949**

9:00~18:00

アービックグループは、「暮らしのことならなんでもご相談いただける」住生活総合企業として、賃貸、売買、新築などの不動産業を展開しています。リニューアル事業部では、リフォームの提案から施工管理まで行っています。工事に関することもお気軽におたずねください。