

#1245



早丸 本丸 再丸

今年のNHK大河ドラマは『真田丸』。

三谷幸喜さんの脚本に賛否両論あるものの、人気があるようですね。

人気の理由は、真田幸村という、誰でも知っている人物を題材にし、ストーリーもわかりやすいこと。

そして、大河ドラマならではの豪華な出演者たちの、それぞれ味のある演技 も魅力です。



放送時間はご存知の通り、日曜日夜8時からです。

そして、その週の土曜日午後1時5分から再放送していますよね。

その他に、本放送の2時間前、日曜日の夕方6時からBS放送でその日の分を先取りして放送しています。

「早丸・本丸・再丸」とは、それぞれ、BSの夕方6時からの放送、夜8時からの本放送、土曜日の再放送のことを指す呼び名です。ちなみに「再丸」には、「遅丸」「土丸」という言い方もあるとか。また、録画したものを指す、「録丸」という言い方もあるそうです。

「早丸・本丸・再丸・録丸」のいずれかを観る方が大半ですが、中には何度も見る方もいらっしゃるようです。まず「早丸」で物語の展開を楽しみ、「本丸」で役者の表情やセリフの妙などの細かい部分を楽しみ、さらにインターネット上などで飛び交う感想や解釈を踏まえて再丸や録丸で再確認したり納得したりする、という観方をするのだとか。

コメディー要素が強いと思われがちな三谷幸喜さんの脚本ですが、大河ドラマということで、やや抑え気味。それでもよく見るとコントのようなシーンやセリフなど、随所にみられます。 細かいところまで味わいたいというファンの心をつかんでいるようです。

とべや 5月のおすすめ

◆あとひき茶漬

年代問わず人気の「しそ南ばん」の姉妹品として登場した一品。

元社員の幸子さんが、「しそ南ばんを細かく刻んでご飯に混ぜて、おにぎりにするとおいしいよ~」 と言ったのがきっかけで生まれました。

「しそ南ばんきざみ」として誕生しましたが、その後現在の「あとひき茶漬」という商品名に。細かいので、白いご飯、炒飯、納豆など、いろいろ使えて便利。

あとひき茶漬 150g入り 378円 230g入り 540円

◆青唐きゅうり

辛いもの好きな方に大人気の「激辛青唐辛子漬」は、赤く熟す前の唐辛子をメインに、きゅうりを和えた一品。辛くて旨い!と人気です。

が、これではちょっと辛すぎ・・・でも辛いものが食べたい、そんなときちょうど良い一品。 「激辛青唐辛子漬」より、きゅうり割合が多いので、食べやすい辛さです。

青唐きゅうり 140g入り 378円





抗生物質が効かなくなる

薬は病気を治すものと思いがちですが、実はそうではありません。例えば風邪薬は、風邪の症状であ る発熱や咳を抑えるもので、その原因であるウィルスを殺すわけではありませんし、頭痛薬は痛みを 感じさせなくするもので、原因を取り除くことはできないのです。

ただし、病気や症状の原因が「細菌」である場合は別で、抗生物質を投与す 抗生物質の安易な服用は ることで細菌に作用し、病気が治ります。

ところが、抗生物質は、体に悪い作用をしている菌を攻撃するだけでなく、 体全体に影響を及ぼしてしまいます。例えば、肺炎の治療のために投与した 抗生物質は、肺だけでなく腸や肝臓などあらゆる組織に作用してしまいま す。そのため、体の抵抗力が弱くなってしまったり、腸で必要な腸内細菌を 死滅させて、下痢を引き起こしたりします。

場合によっては、体内の良い細菌を殺してしまった結果、悪い細菌の増殖が 優勢になってしまい「菌交代症」という状態になってしまうことがあります。

井舟抗力を弱める



また、抗生物質を使っていると、細菌は次第に抗生物質に対して耐性を持つようになります。薬を投 与しても感染症を治すことができなくなってしまうのです。このような「耐性 菌」が問題になっていて、今、世界中で危惧されています。

抗生物質は、細菌が原因である病気を治すためにはとても重要なものです。た だ、そうではない時にもやみくもに抗生物質を使っていると、いざという時に 薬が効かず、感染症から立ち直れなくなってしまうのです。

風邪をひいて受診すると、抗生物質を処方されることがあるかもしれません が、風邪はウイルスによる病気ですので、抗生物質は使うべきではないので 長期の抗生物質服用は 耐心性菌を発生させる!



処方された抗生物質を飲んだ後、風邪が治ったとしても、それは、抗生物質で治ったのではなく、ご 自分の自然治癒力によるものです。

ご自分はもとより、小さいお子さんが病気になったときも、抗生物質が処方された場合には、必要な のかどうか、きちんと医師に確認しましょう。不必要なのに抗生物質をたくさん服用すればするほど 抗生物質が効かなくなってしまいます。

もちろん、それが抗生物質の投与が必要な細菌によるものであれば、病気を治すために、医師の指示 どおりにきちんと薬を飲みましょう。



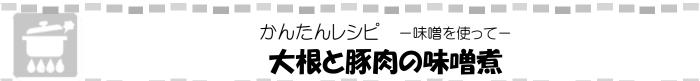
ぐじゃっこ

「ぐじゃっこ」とは「ぬかるみ」のことです。

ぐじゃっこに入っちったよ (ぬかるみに入っちゃったよ)

そっち行くとぐじゃっこだよ! (そっちへ行くとぬかるんでるよ!)





かんたんルシピ -味噌を使って-

大根と豚肉の味噌

■材料■4人分

大根 1/3本位

豚バラかたまり肉 400g

ネギの葉 適量

生姜 1かけ

酒

大2

味噌 砂糖

40 g 大 1

小ネギ

適量

■作り方■

- 大根は皮をむいて縦に4~6つに切り、乱切りにする
- 豚肉は厚さ 1.5 cm、幅 4 cm位に切り、鍋に水 4 カップ、酒、 ネギの葉、生姜を入れて煮立て、肉が柔らかくなるまで煮る。
- 肉が柔らかくなったらネギの葉と生姜を取り出す [3]
- [4] [3]に味噌・砂糖を溶き入れ、大根を入れて煮る (煮汁が足りない時は水を足してください)
- [5] 大根が軟らかくなり煮汁がほとんどなくなったら出来上がり 小ネギの小口切りをかけてどうぞ

小学生が作った『文房具図鑑』

ある文房具マニアの小学生が、お母さんにもらった白紙の本に、大好きな文房具のこと を書いて、夏休みの自由研究として完成させました。

それを見た近所の文房具屋さんが、「これはすごい」と、SNSで紹介しました。

それが、たちまちたくさんの人の目にとまって、「クオリティが高い!」と、あっという間に話 題になり、インターネットやテレビでたくさん取り上げられるようになりました。 そしてついに本として出版されることになったのです。

約100ページにわたって、ボールペンやシャープペンシル、消しゴム、メモ帳、ノート、修正テープ、カッ ターナイフ、ホッチキス、鉛筆削り、ふせんなど、幅広く、130点以上、丁寧な実物大の手描きのイラスト とともに紹介しています。実際に使ってみての感想やその文具についての情報はもとより、その ペンを使った試し書きがあったりと、と様々な工夫がされていて、その完成度は大人顔負け と絶賛されています。出版にあたっては、各文具メーカーからのコメントも集めました。

> 希望の定価は、「3兆円+税」!! それをなんと 約99.9999995%引きの、1,500円+税で発売中です。



菜のはなし(ボワイトアス/



- 昔前までは缶詰のものしか食べられなかったホワイトアスパラガス。最近は生のもの が出回るようになりました。

ホワイトアスパラガスは、グリーンアスパラガスと種類が違うのではなく、発芽した後若芽に太陽 が当たらないように土を盛って土の中で育てます。そのため葉緑素が作られずに白いのです。

グリーンアスパラガスはカロテンが豊富な緑黄色野菜。たんぱく質やビタミンB群、亜鉛、銅など も含んでいますが、ホワイトアスパラガスは日光に当たらないため、カロテンはほとんど無く、た んぱく質やビタミンB群はグリーンアスパラガスの半分程度しかありません。

ホワイトアスパラガスは5~6月の旬の時期にしか出回りませんので、栄養価はあまり期待せず、 特有の香り、甘み、ほろ苦さを楽しみましょう。

ゆでるときは根元を1センチほど切り落とし、穂先より少し下からピーラーで皮を剥きます。剥いた 皮は香りが良いので、捨てずゆでるときに使います。熱湯に皮と白く仕上げるためのレモン汁を入 れて、アスパラガスを根元から入れ、4~5分ゆでます。ホワイトアスパラガスには独特の苦みが ありますが、根元がやや硬めの状態で火を止め、20分位そのまま置くと程良くぬけます。 オリーブ油やバターと塩であえてシンプルに味わいましょう。



ひとりごと 🥗

熊本を中心とした九州の地震、被害にあわれた方には心よりお見舞い申し上げます。

地震で壊れた建物や、止まってしまった信号機の映像、ガソリンスタンドへの車の列などを見る と、5年前の大震災を思い出してしまいます。

余震が早くおさまりますよう、被害ができるだけ拡大しませんよう、早く元通りに近い生活に戻れ ますよう心よりお祈りいたします。

大きな地震は、日本中どこでも起こる可能性があるといわれています。

自分の住む地域が被害に遭えばもちろんですが、ある地域が大被害を受けると、物流が滞ったり特 定の商品の生産ができなかったりと、何に影響が出るかわかりませんよね。

「のど元過ぎれば・・・」にならないよう、水・食料・日用品の備蓄を心掛けねば!!

特に、トイレットペーパーは、約4割が静岡県で生産されているので、1カ月分を各家庭で備蓄する ように経済産業省が呼びかけているそうですよ。

・・・今日買ってこようっと(^-^; i

とべやでは、5月21日に、幼稚園・小学生向けに「親子味噌作り教室」を開きます。

場所は、市内にある「トコトコ大田原」の「親子ふれあいキッチン」にて。

新しくてきれいな施設です。

当日は2kgのお味噌のほか、味噌玉つくりも予定しています。

お味噌汁好きのお子さんが増えると良いな~♪

28. 4. 20

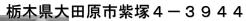


漬物·佃煮·味噌·納豆



トレベル / 戸辺食品工業株式会社

戸邊 郁恵 〒324-0058



雷 話 0287-23-1221

FAX 0287-23-1231

URL http://tobeya.co.jp/

e-mail shopmaster@tobeya.co.jp

『**にこにこ通信**』は、いつも **と** べ や にご 来店・ご利用頂いているお客様、戸门倉品 の通信販売をご利用頂いているお得意様方に お届けしています。

お客様とのコミュニケーションを目的に、 ■月1回を目標に発行しているものです。

┛ご意見・感想などありましたら、何でも左記 へお寄せ下さい。お待ちしています。(^^)