

TT Times 2017

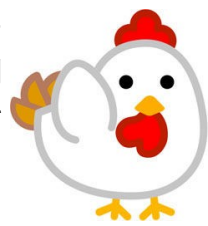


感謝 新年

新春を迎え、皆様方のご多幸をお祈り申し上げます

今年の干支は「丁酉」(ひのと・とり)

謹んで、新年のご挨拶を申し上げます。本年もどうぞ宜しくお願い致します。今年の干支は「丁酉」(ひのととり)となりますが、十二支や干支の考え方では、酉のつく年は商売繁盛に繋がると考えられております。酉(とり)は「取り込む」に繋がるといわれ、そこから運氣もお客も取り込めるというものです。また、酉の由来に「果実が極限まで熟した状態」というものがあります。そこから、物事が頂点まで極まった状態が、酉年だと言われております。このことから、習い事などで結果が得られたり、学問や商売などで成果が得られるかもしれません。何を隠そう、私は酉年生まれの子男！酉年生まれのプラス面の特徴である「行動力抜群」「社交性抜群」を信じて、年男らしい充実した一年にしたいと思っております。決してマイナス面の特徴「駄目だと判断したらすぐ諦めてしまう」「神経質」とならないよう気をつけて参ります。今年も一年間どうぞ宜しくお願い致します。



目次:

季節の祭時:「七草粥」	1
食べ物の豆知識:「ヨーロッパに渡った柿」	1
心の栄養をあなたに:「サーカス」	2
社会の豆知識:「甘党?山形市日本一」	3
生活豆知識:「炭酸水と炭酸泉」	3
お正月料理:「ひとりおせち」	4
土屋敬のC級グルメ	4
あとがき	4

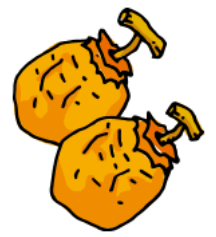
【季節の祭時 : 七草粥】

七草は、早春にいち早く芽吹くことから邪気を払うといわれました。そこで、無病息災を祈って七草粥を食べたのです。古くはまな板の上で、草をトントン叩いて刻むその回数も決められていたとか。こんな、おまじないのような食べ方も素敵ですが、実はこの七草粥、とても理に叶った習慣です。七草はいわば日本のハーブ、そのハーブを胃腸に負担がかからないお粥で食べようというのですから、正月疲れが出はじめた胃腸の回復にはちょうどよい食べものです。また、あっさりとしたお粥は、少し濃い味のおせち料理がつづいたあとで、とても新鮮な味わい。今年こそ、自宅で作りたいと思います。



食べ物の豆知識 : 「ヨーロッパへ渡った柿」

お正月と言えばコタツで「ミカン」といったイメージかもしれませんが、コタツでお茶を飲みながら食べる「干し柿」もなかなかオツなものです。そんな柿ですが、海外では何と呼ばれているのでしょうか？そう「カキ」と呼ばれています。「ディオスピロス・カキ」「神様の食べ物」だそうです。16世紀にポルトガル人により日本からヨーロッパに渡り世界へ広まっていったのです。そんな事を聞くとなんだか嬉しくなりますね。そして、日本の国鳥が「キジ」のように、日本の国果はナント「柿」なのです。そんな柿は、昔から「柿が赤くなると医者が青くなる」と言われているように超スーパー健康果物なんです。女性なら知らない方はいないと思いますが「アンチエイジング」美容には最高です。その代表的なものにポリフェノールがありますが、その含有量では赤ワインに使われるブドウがいいと思いませんか。柿にはそのブドウのなんと5倍、美白効果に欠かせないビタミンCはミカンの2倍以上そしてカリウムもあるので利尿作用があり、セルライトにもオススメです。そして新年会シーズン、男性にだって朗報です。二日酔いの原因はアセトアルデヒドですが、これに柿のタンニンが結合し体外に排出されますから、柿をおつまみすれば二日酔い無し！ そうですね「なます」にも刻んだ干し柿を入れる地域が多いですもんね。祖母の「なます」が懐かしいなあ～。



心の栄養をあなたに・・・：「サーカス」

私がまだ十代の頃の事です。
サーカスの入場券を買うために、父と私は長い列に並んで順番を待っていました。
ようやく、私達の前にいるのはあと一家族だけとなりました。

私はその家族に強く心を引かれました。とても印象的だったのです。
その家族には子供が8人もいて、一番上で12歳くらいにしか見えません。

あまり裕福そうではなく、着ている服も上等とは言えませんが、きれいに洗濯されています。
そして、行儀良く手をつないで、両親の後ろにきちんと2列に並んでいました。

期待に胸をはずませた子供達は、ピエロの事、象の事、そして、今から見るいろいろな演技のことをうれしそうに話していました。どうやら、サーカスを見るのはこれが初めてのようです。
子供達にとって、今日のサーカスは生涯残る素晴らしい思い出となるでしょう。

子供達の前には、両親がとても誇らし気に立っていました。
夫の手をしっかりと握った妻は、夫を見上げるように見つめ、夫も妻を暖かい微笑みで返していました。

売り場の女性が入場券の枚数をたずねました。父親は胸をはって、答えます
「子供8枚と大人2枚下さい。これで家族にサーカスを見せてやれます。」

入場券の合計金額が告げられました。
すると、妻は夫の手を離し、黙ってうつむいてしまいました。夫の唇も震えています。
「いくらですって？」

売り場の女性は、もう一度答えました。その父親には、それだけのお金がなかったのです。
サーカスを見るのにお金がたりないということを、後ろの8人の子供に、どうやって告げられましょうか。

事のなりゆきを見ていた私の父は、ズボンのポケットに手を入れました。そして20ドル札を取り出し、何気なく落としました。

父は腰をかがめ、そのお札を拾い上げ、その男の肩を軽くたたきました。
「失礼ですが、ポケットからこれが落ちましたよ・・・」

その男は、私の父が何をしようとしているのがすぐに察しました。彼は人からほどこしを受けるような人ではありませんでした。
しかし、そのときは恥ずかしさと落胆から、途方にくれていたのでしょう。
その助けを心から感謝して受け取ったのです。

20ドル札を差し出す父の手を両手でかたく握りしめ、その目をじっと見つめました。
くちびるは震え、ほおには涙が伝わり落ちています。

「ありがとう、ありがとうございます。これで助かります。」

父と私は車に戻ると、そのまま家に帰りました。

その晩、私達はサーカスを見る事ができませんでした。でも、それで良かったのです。



(作者不詳)

社会の豆知識 : 「甘党? 山形市日本一!」



総務省が県庁所在地と政令市計52市を対象に実施している家計調査の品目別ランキング(2013~15年平均)で、シュークリームなどの「他の洋生菓子」の支出額が山形市が初の第1位となりました。「中華そば(外食)」や芋煮の材料である「里芋」「こんにやく」「醤油」の支出額が1位なのは想像出来ませんが、まさかシュークリームなどの「他の洋生菓子」が1位になるとは夢のようです。しかも、長年1位に君臨していた、洋菓子で有名な神戸市を抑えての堂々の日本一。オシャレな都市である神戸市に勝ったのは非常に嬉しいですね! 山形は江戸時代、京都と交易が盛んだったため「和菓子店」が多く生まれ、今でも、老舗和菓子店が市内には多く存在します。山形の混在文化!? と呼んでいいのかわかりませんが、蕎麦屋さんでラーメンを当たり前に出すように、和菓子店でもシュークリームのような洋菓子を当たり前に出す文化があります。そんな、裾野の広さが神戸を抑えての1位となった原因なのではないでしょうか? 調査した県統計企画課の担当者のお話によると「調査票の用途欄は贈答用や来客用の記述が多数を占めた」とのこと。確かに、1個100~150円と手ごろ感のあるシュークリームはよく土産に持って行くことが多いですね。ちなみに「他の洋生菓子」とは、エクレア、シュークリーム、ワッフル、マドレーヌ、クレープ、ババロア、ムース、バームクーヘン、アップルパイ、スイートポテト等とのこと。この分類で神戸や横浜よりも支出額が多いのは山形市民凄いことですよ…。エクレアとかババロアとか普通に食べますか? せいぜいアップルパイとかスイートポテト位ですよ、日頃食べるとしても…(笑)。ラーメンを食べ終わると、エクレアがデザートで出てくる蕎麦屋さんが当たり前のように近いうちの気になりますね…。芋煮とババロアとか…。秘密のケンミンショーで取り上げてくれないかなあ~と思います。



生活の豆知識 : 「炭酸水と炭酸泉」

まさか無味無臭の炭酸水を、これほどまでに愛飲するようになるとは、5年前の私では想像出来なかったことです。それもそのはず、初めて、フランスに行った時に、お水を注文したら炭酸水が出てきて、「なんて不味い水をフランス人は飲んでいるんだ!」と思い、それから炭酸水を飲むことはありませんでした。子供の頃からサイダー(山形名物パインサイダー)で育った私は、大人になってからもビールへと自然に移行し、炭酸系飲料は好きだったことはあるのですが、フランスでのショック以来の飲まず嫌いでいたようです。2年ほど前でしょうか、「食事前に炭酸水を飲むとお腹がふくれてダイエットに繋がる」との情報から「炭酸水ダイエット」をやり始めたのがきっかけで炭酸水を飲むようになりました。皆さんご存知の通り、ダイエットの成果はありませんでしたが、ダイエット失敗後も飲みなれた炭酸水を飲むようになったということです。テレビ番組の「炭酸水」を特集していたのですが、炭酸水を飲むことにより、胃や腸などの消化器官のぜんどう運動が盛んになり、便秘や熱中症などの予防となったり、胃が活発に動くことによる食欲増進などの効果が期待出来るとのこと。あれっ? 食欲減退ではなく、食欲増進!? 確かに、ビールを飲むと後から食欲が増進されるような気がします。ダイエットで取り組んでいたことが、真逆の効果となっていたとは、いかにも私らしい失敗ですね。また、休日の朝は健康ランドで「炭酸泉 入浴」をするのが楽しみの一つとなっておりますがこちらは医学的にも効果があるようです。炭酸泉に含まれる二酸化炭素が皮膚から体の中に吸収されて血管に入ると、体は血管内の二酸化炭素濃度が上がったことで酸欠と判断し、酸素をなるべく多く取り込もうと、血管を拡げるため、血行がよくなるとのこと。また、それにとどまらず、疲労回復や痛みの軽減などにも効果があるとためして番組では言っておりました。今年も炭酸水と炭酸泉にお世話になることとなりそうです。皆さんも、炭酸水と炭酸泉試されてはいかがですか?



お正月料理？：「ひとりおせち(ワンプレート)」

お正月と言えば「おせち料理」ですが、我が家(私の場合)は、四角い大皿に料理を盛り付け箱根駅伝をテレビで観戦しながら一人酒するのが習わしです。写真は昨年のお正月のものとなります。なかなか盛り付け上手でしょ!! このワンプレートに欠かすことが出来ないのが数の子と紅白蒲鉾となります。数の子をかじりながら飲む日本酒は最高ですよ!! 紅白の蒲鉾はビールにも日本酒にも焼酎にも合うので万能のツマミとなります。ところで、紅白の蒲鉾がお皿に盛られて出てきたら、紅からいきます?それとも白からいきます? 箸を伸ばした時に一瞬迷ってしまいませんか? 腕組みをして考え込むというまではありませんが、箸がお皿の上で一瞬止まる程度の迷い…(笑)。で、大抵の人は「白」からいきます(笑)。私は昔からこのテーマに興味を持っていて、このテーマの研究、観察歴20年のベテランとなります。その結果が、一瞬ためらった後で「白」を選ぶと言うことです。やっぱりあれなんでしょうね。「紅」を食べてしまうと、その後のお皿が寂しくなるし、「白」の補充は出来るけど、「紅」の補充は出来ないかもしれないという、様々なことを一瞬で考えて「白」を選ぶのではないのでしょうか…(笑)。私も「白」からいくのですが、「紅」を食べる時は紅色の部分で歯でそぐようにして食べる癖があります。なんとなく、味がついているような気がして、どうしても「紅」の部分だけ先に食べてしまうんです。さすがによそ様の前ではやりませんが、家族の前ではついやってしまい、息子も真似する始末に…。今年は数の子、紅白蒲鉾に加えて、真っ赤な「酢だこ」とうにクラゲを塩竈市場で仕入れ、ひとりおせち(ワンプレート)の彩を添えたいと思います。



土屋 敬のC級グルメ：「切り餅と干し貝柱のおこわ風」



干し貝柱はC級ではないような気がしますが、正月の余った切り餅を使って、もち米を入れなくても「おこわ風」になるって言うことでC級グルメとさせていただきます。

東京からの出張の帰りは、新幹線で必ずと言っていいほど干し貝柱とビールで一杯やりながら帰ってきます。普段は食べることのない干し貝柱ですが、新幹線では必ず食べてしまうといった変わった食べ物です。その干し貝柱で出汁を取り、切り餅の力で「おこわ風」に仕上がるこのメニューは絶品なんです。簡単なのでお試しください!



「切り餅と干し貝柱のおこわ風」

材料：切り餅、干し貝柱、米、昆布、水

【作り方】

- ①水に干し貝柱とだし昆布を入れて戻します。
- ②炊飯器に米と①を入れます。
- ③②の中にサイコロサイズにカットした切り餅を入れて炊飯器のスイッチを押すだけ。

これで、まるで「おこわ」のような炊き込みご飯が出来上がります。おこわ好きにはたまりません。

TT Times・編集室あとがき

～あとがき～

私と会う機会や電話で話す機会がありましたら「スポーツクラブきちんと通ってる?」と一言いただいても宜しいでしょうか?

これがちょうど一年前のこの「あとがき」の締めくりでした。意気込んで加入したスポーツクラブは会員証の写真すら撮影することなく、つまり会員カードを持つことなく退会しました。7ヶ月間の会費を考えると非常にもったいないと思います。「今年こそは!」との強い意気込みで、お金のかからないNHK教育テレビの「テレビ体操」を復活させたいと思います。私と会う機会や電話で話す機会がありましたら「テレビ体操ちゃんとやってる?」と一言いただいても宜しいでしょうか? 今年も年男。年男らしく、年頭に掲げた目標はしっかり達成したいと思います。こんな私ではありますが、今年もどうぞ宜しくお願い致します(土屋)

ソニー生命保険株式会社
仙台ライフプランナーセンター第2支社
第3営業所
ライフプランナー 土屋 敬
〒983-0852
仙台市宮城野区榴岡4-2-3
仙台MTビル15階
TEL : 022-296-5472
携帯 : 090-9538-2463
アドレス: takashi_tsuchiya@sonylife.co.jp

SL16-3630-0130

