

# TT Times 2018



## 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「戊戌」(つちのえいぬ)

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、戊戌(つちのえいぬ・ぼじゅつ)。戊(ツチノエ)は「植物の成長が絶頂期にあること」を意味しており、戌(イヌ)は「万物の繁殖がすみ、勢いを収めるとき」とあります。今年は、成長が絶頂期の「戊」と、勢いを収める「戌」の、物事の端と端の年。物事が両極端になる年になるかもしれませんね。

日本でも、近年貧富の差が問題になっていますが、今年はずますますその差が大きくなる年かもしれません。また、戌年の特徴としては「勤勉で働き者」「食べ物に困らない」「道に迷わない」があります。これらから考えると、「まじめにやってきたことで、食べれるようになる」と考えることもできますね。コツコツと何かの資格を目指してきた人は、その資格で食べれるようになる年かもしれません。もしくは、反対に今まで頑張ってきたことを諦める年になるかもしれませんね。

まあ、もともと干支も、後から文字に動物を当てはめて意味づけしたものですから、信じるも八卦、信じぬも八卦です。良いことは信じて、更によくなるように進んでいける年になるといいですね。



#### 目次:

季節の祭時:「鏡開き」	1
食べ物の豆知識:「シジミのお味噌汁」	1
心の栄養をあなたに:「雪ころがしの雪だるま」	2
社会の豆知識:「HONDAのオートバイと湯たんぼ」	3
生活豆知識:「山形県民はサラミ好き」	3
お正月料理:「プリン体の少ない数の子」	4
土屋敬のC級グルメ:「さきいかキムチ」	4
あとがき	4

#### 【季節の祭時 : 鏡開き】

鏡餅を雑煮やおしるこなどにして食べ、一家の円満を願う行事。一般的には11日に行います。元々は武家の風習であったため、刃物で切るのは切腹を連想させるので、手で割ったり、木槌で砕いたりしました。手で割るのは大変そうですね。



「切る」という言葉を避けて「開く」という縁起の良い言葉を用いています。鏡は円満を意味します。

### 食べ物の豆知識 : 「シジミのお味噌汁のシジミは食べる派? 食べない派?」

新年早々のテーマに相応しくないかもしれませんが、アルコール漬けの年末年始を過ごされている方も多いかと思われますので、敢えて書いてみたいと思います(笑)。

我が家の食卓には、私の肝臓を気遣い、「しじみやアサリのお味噌汁」が出る機会が多いです。しじみには肝臓機能を助けるオルニチンが含まれていることから、「お酒を飲んだあとは、しじみのお味噌汁がいい」ともよく言われますよね。

しじみの味噌汁の具のシジミは、「食べずに残すのが和食の正式なマナー」だということは知っておりますが、貧乏性の私は、つつい貝をホジッって食べてしまいます(笑)。味噌汁にして煮てしまうと、しじみから栄養素がすべて溶けだしているように思われるかもしれませんが、しっかり身にも栄養素が残っているとNHKのテレビ番組でやっておりました。煮ても、まだ半分以上の栄養素が身に残っているので、積極的に食べたほうがよいとのことでした。



ちなみに我が家で味噌汁の具のシジミを食べるのは、私と長男だけ。長女は食べずに残してしまいますし、妻においては、お椀にシジミを盛り付けることすらしないようです・・・(汁だけ盛り付ける)。

ところで、海老フライの「しっぽ」は食べる派ですか? それとも食べない派? でしょうか? もちろん私は食べる派です。何なら食べない人の「しっぽ」も食べたいくらい「しっぽ好き」です。有頭海老のフライならも頭からかぶりつきます!! 海老のひげや足が、歯茎や歯間に挟まることもしばしば(笑)。これって育った家庭環境(食育)の違いなんではないでしょうかね。今朝も二日酔いだから、「シジミ汁」にしようっと!!

**心の栄養をあなたに・・・：「雪ころがしの雪だるま」**

りこちゃんはいち早く体が弱く、すぐに高熱を出したりしていました。

遠足や運動会は、ほとんど見学。

マリ入れなら大丈夫だろうと思って参加すると、運動会が終わる頃には顔色が真っ青になって保健室へ・・・というようなことばかりだったそうです。

生まれてすぐに大手術を経験していることもあり、りこちゃんのご両親は、まるで真綿にくるむようにしてりこちゃんを大事に大事に育ててくれていた様子。

それがりこちゃんには時にとても重苦しく、そして煩わしく思えてならなかったそうです。

そんなある冬のこと。

りこちゃんは急に高熱を出し、何日も何日も熱が下がらないという日々を送っていました。

数日の入院にてようやく落ち着き、無事退院できたものの、自宅療養を余儀なくされてしまったのです。

その年は珍しくりこちゃんが住んでいる町にとって大雪の年で、外は一面美しい雪景色が広がりました。

どこまでも広がる銀世界を見たのは初めてだと、りこちゃんは嬉しそう。

りこちゃんはお父さんとお母さんをお願いしました。「一緒に雪だるまを作りたい」と。



小さい頃に大好きだった雪だるまが出てくる絵本。

あの絵本に出てくるような、大きくて優しくな雪だるまを作りたい。

そうおねがいしたりこちゃん。

ですが、当然ながらご両親がそれを許してくれるはずがありません。

りこちゃんはその時、自分の弱い体は両親のせいだと腹を立て、しばらく口を利かなくなってしまったのだそうです。

話しかけられても完全無視。

それでもご両親は怒ることもなく、ただただ気まずい空気の中で家族は過ごしたそうです。

いつまでも腹の虫が収まらないりこちゃんでしたが、ある日、妙なことに気が付きました。

りこちゃんの部屋の窓から見える花壇のところに、小さな雪のボールが転がっているのです。

その時のことを、りこちゃんは、

「フンころがしみたい、『雪ころがし』っていう虫がいるのかと思った」と笑いながら教えてくれました。

その雪のボールは毎日そこにあり、なんとなく少しずつ大きくなっているようでした。

『雪ころがし』が転がしているんだなぁと思うとなんとなく面白くて、りこちゃんはそのボールを毎日観察するようになりました。

数日間変化が無いときもあれば、急に大きくなったようなときも。

そして気が付くと、そのボールはとても『雪ころがし』という虫が転がせるような大きさではなくなっていたのです。

それはまだまだ大きくなっていきました。

そしてある日、その大きなボールの隣に、また小さな雪のボールが生まれていたのです。

その小さなボールも少しずつ大きくなっていきました。

そしてとうとうある日、それはふたつ重なり、大きな大きな雪だるまの形になりました。

その翌日には片方に目が入り、もう片方の目も入りました。

鼻の部分にはオレンジ色のにんじんが刺さり、微笑む形に口も出来上がりました。



最後にバケツの帽子をかぶったその雪だるまは、昔読んだ絵本の雪だるまにそっくりだったそうです。

りこちゃんは、途中からすでに気が付いていました。

その雪だるまは、毎日遅くに仕事から帰ってきたお父さんが少しずつ少しずつ作ってくれているのだということに。

自分が出来ない代わりに、毎日疲れて帰ってきているはずなのに、夜中に一生懸命に雪だるまを転がしていることに。

出来上がった雪だるまは、緑色のマフラーを巻いていました。それはりこちゃんが使わなくなったマフラーです。

それを少し編み足して雪だるまに巻いてくれたのはお母さんでしょう。

元気になって大きくなった今、毎年ご両親とその時の雪だるまの話をしているそうです。

『雪ころがし』という虫の話は、もう欠かせない笑い話になっているとのこと。 (おしまい)

## 社会の豆知識：「HONDAのオートバイと湯たんぽ」



ホンダのオートバイといえば、世界中のライダーの憧れ。しかし、その原型となったものは、お世辞にも格好いいとは言えるような代物ではなかったようです。なにしろ本体は自転車で、ガソリタンクには【湯たんぽ】が使われていたのです。こんな【湯たんぽ】を使ったバイクがつくられたのが、敗戦間もない食糧難の時代。闇米を調達するには、山奥の農村に出かけて行った方が確実と考えた、本田技研工業の創始者・本田宗一郎氏。彼が思いついたのは、自転車を改造してオートバイをつくることでした。エンジンは通信用のものでまかなうことができましたが、ガソリンを入れるにはブリキ製のものがいい。そこで、夜店で売られていた湯たんぽを使い、これをガソリタンクに代用したそうです。

ところで、最近、ほとんど見かけなくなってしまった湯たんぽですが、昔は良くお世話になったものです。あのでこぼこ模様のユニークな形には、どこか郷愁を感じてしまいますが、何か意味があるのでしょうか？ 重い物を乗せたとき、平らな板よりも曲げた板の方が、湾曲に対して強いという事実が挙げられます。そして、この性質を利用して作られたのが湯たんぽなのです。湯たんぽは、使っているうちに次第に温度が下がってきます。すると、湯たんぽ内部の圧力が小さくなり、大気圧で押しつぶされそうになってきます。これを防ぐために、形を波型にして丈夫にしてあるわけです。「朝起きたら、足に湯たんぽのでこぼこの模様がついた」などという話を聞かれなくなった昨今。電気毛布や電気あんかも良いですが、しんと寒い冬の夜に、古き良き時代をしのいで(?)、湯たんぽで体を温めるのもまた乙なもの。何だか、心まで暖まりそうな気がします。



## 生活の豆知識：「山形県民はサラミ好き」

テレビ番組で『山形県がサラミの生産量と消費量が日本一』と紹介されてからというもの、「山形ではお茶の時間に、お菓子とお漬物、それにサラミがでてくるって、本当ですか?」と、よく質問を受けます。本当です。お菓子と一緒にサラミを出すお宅がたくさんあります。



海から遠い山形県内陸部は、流通の発達していなかった昔、乾物を加工したもの、つくだ煮などの日持ちのするものがごはんのおかずとして好まれていました。甘く煮たつくだ煮やイカ製品がお茶の時間にも出るようになり、その習慣がサラミやカルパスになったと思われます。山形は、ミニサラミ(ドライソーセージ、カルパスを含む)生産量が全国1位で、大手食品メーカーの製造を請け負う業者も多く、皆さんも結構山形製品を召し上がっているかもしれません。山形のサラミの特徴は、特製スパイスを効かせ、柔らかめに仕上げていること。お子様からお年寄りまで大人気で、1個食べたらあとを引くおいしさ! おつまみにはもちろんですが、これでお茶をする老若男女が山形にはたくさんおられます。ところで、皆さんは「サラミ」と「カルパス」の違いはおわかりですか? サラミはサラミソーセージともいわれ「牛肉」と「豚肉」のみを使用したもの。「カルパス」は「牛肉」と「豚肉」のほかに「鶏肉」や「馬肉」、「マトン」などの肉を使ったものでドライソーセージともいわれます。ちなみに子供の頃の弁当のおかずに「竹輪カルパス」が入っていたのは我が家だけでしょうか(笑)。



## お正月料理：「プリン体の少ない数の子！」

おせち料理で一番好きな料理(食材)は数の子です。味付けされたものも好きですが、やはり塩抜きをしたバリバリした歯ごたえの数の子が好きですね！ 数の子好きの私は、お正月に限らず数の子を食べる機会が多いです。スーパーに行って「数の子入りのわさび漬け」や「松前漬け」を発見すると、ついつい買ってしまいます。



数の子は「鰯(ニシン)」の卵です。魚卵の一種と聞けば、コレステロールが多く含まれているという印象を受けるかも知れません。しかし、その心配は無用。数の子に含まれるコレステロールは、鶏卵の3分の2以下。イクラなど他の魚卵と比べても少ないことが分かります。また、数の子にはプリン体が多く含まれていると思われがちですが、実はプリン体が極めて少ない食品なのです。中サイズ(約10cm)の数の子1本は約20g。2本食べても、8.8mgのプリン体しか含まれていません。一般的に魚卵はプリン体を多く含んでいるイメージがあります。100g中のプリン体含有量はタラコが120.7mg、明太子は159.3mgと多めで、数の子が21.9mg、スジコは15.7mgと、同じ魚卵でも組成や成分がまったく異なるのです。

だから安心して数の子を肴にお酒が飲めるってことなんです。でも、数の子ではご飯は食べられないな～。



## 土屋 敬のC級グルメ：「さきいかキムチ」



仙台駅東口の大衆居酒屋にある名物メニュー「さきいかキムチ」。甘辛く、ビールやご飯のおかずにはピッタリなんです。韓国人のママさんが作る味には到底及びませんが、このレシピ通りに作れば、それなりの味になるので不思議です(笑)。

実は、この「さきいかキムチ」を天ぷらで揚げても非常に美味しいです。是非、お試しくださいね！！



### 【材料】

さきいか 200g  
キムチの素 大さじ1と1/2  
蜂蜜or水あめ 大さじ1  
ごま油 小さじ1/2  
白ごま 小さじ1

### 【作り方】

ボールに材料を全て入れて混ぜ合わせるだけ。  
私は冷蔵庫で一晩寝かせた方が好みです。  
出来れば、蜂蜜ではなく、水あめを使うとより美味しいかと！！ 天ぷらも美味しいよ！！

## TT Times・編集室あとがき

### ～あとがき～

前号で紹介した「大根の唐揚げ」の反響の大きさに驚いております。いただくアンケート葉書のコメント欄は、「大根の唐揚げ」に関するものばかり。中には実際に料理された方もいらっしゃったようです。今回のC級グルメは料理をしない男性でも簡単に作れるものとなっております。文中でも触れましたが、カルパスを竹輪の穴に入れて切るだけの簡単料理にも挑戦して欲しいと思います。竹輪にキュウリは普通ですが、実家では、竹輪にチーズやカルパスを入れ弁当のおかずにしておりました。今となっては「お袋の味」でしょうか…。「あっ、まずい！」お袋も読者の一人でした…。(笑)。

### 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  
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  
SL17-3630-0130



ホームページもご覧ください。  
【土屋 敬】で検索！

