



簡単お料理コーナー



【春の食材で春気分♪】新ジャガのチキンソテーパセリソース

材料(4人分)

新ジャガ(男爵)	4個
鶏もも肉	2枚
プチトマト	8個
サラダ油	適量
塩	適量
〈パセリソース〉	
バター	20g
パセリ(みじん切り)	適量
ニンニク(すりおろし)	1片
塩	適量

- ① 新ジャガは皮ごと水洗いし、ぬれたままラップで1個ずつ包む。電子レンジで5~6分、竹串がスッと刺さるまで加熱し、粗熱が取れたら一口大に切る。
- ② 鶏もも肉はひとくち大に切り、塩をもみ込む。〈パセリバター〉のバターは常温に置いて柔らかくし、パセリを加えて練り混ぜる。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、鶏もも肉の皮面を下にして並べる。焼き色がついたら返して火を通し、いったん取り出す。
- ④ ③のフライパンに新ジャガを並べ入れ、全体に焼き色がついたらトマトを加えて塩を振り、鶏もも肉を戻し入れて炒め合わせる。火を止めてパセリバターを加え、余熱で溶かしながらからめて器に盛って出来上がり!!



【食卓も春色に★】菜の花ご飯

材料(4人分)

お米	2合
だし汁	350ml
酒	大さじ2
塩	小さじ1
菜の花	1/2束
卵	2個
塩	少々
サラダ油	少々

- ① 米は水洗いしてザルに上げる。
- ② 菜の花は根元1cmを切り落とし、分量外の塩少々を入れた熱湯で色よくゆでて冷水に取り、固く絞って長さ4cmに切る。
- ③ 炊飯器にお米、だし汁、酒、塩を入れ、ひと混ぜしてからスイッチを入れる。
- ④ 卵を溶きほぐし、塩少々を混ぜる。フライパンにサラダ油を薄くひき、卵を入れて細かい炒り卵にする。
- ⑤ 炊き上がったら菜の花と④を加え、全体を混ぜ合わせて器に盛って春ごはんの出来上がり!!



ひとくちメモ

その日のうちに食べない菜の花は、湿らせた新聞紙かキッチンペーパーに包んで、冷蔵庫の野菜室に保管すると2~3日は日持ちします。

おにぎりやお弁当にもおすすめてです♪



子育て世代応援住宅研究会
健康促進住宅研究会
〒992-0047 米沢市徳町7-52
E-mail info@hondahomes.com

株式会社

本多建設

住まいプロ
ホームウェルホンダホームズ
TEL 0238(21)5100 FAX 0238(21)4458
ホームページ http://www.hondahomes.com



ニュースレター ハーブ

NO.106
平成25年
4月号

「夢想癖、ここに始まる！」

OBのみなさん、こんにちは！このニュースレターを初めてご覧になる方には、はじめまして！

今月4月から会社の組織が変わりました。前からお伝えしていましたが、息子作之助が社長に就任し私は会長となりました。正式には6月から公的に変わりますが、会社の期初が4月で翌年の3月までを1年間としている都合上内部的には4月からとしました。

このニュースレターの巻頭の日記風代表者の素顔公開も、私と作之助が交互に書くこととなり、私は偶数月担当、作之助が奇数月となりましたので、今後ともよろしく願いいたします。

さて4月、社長職を譲り、大部時間にゆとりが出来ると思っていたんですが、実務が少なくなると、雑務が多くなり、頼まれると断りきれない性格が仇となり、なんとなく忙しい毎日を送っています。

先日本棚を整理していると、学生時代に買った本のなかで、昭和44年発行の野口達二著の「歌舞伎の美」という本が出てきました。

若い頃から歌舞伎とか落語とかが

好きで、本なども買っていたことを思い出しました。

先月号に坂田藤十郎と市川團十郎のことを少し書いたので、「歌舞伎の美」をバラバラめくっているうちにもう少し詳しく書いてみたくなりました。私の性格形成に占める趣味のひとつかもしれませんので、ガマンして読んで下さい。「歌舞伎の美」からさわりを紹介します。

江戸の「荒事」上方の「和事」
江戸では、お伽斬の主人公のような英雄の活躍する浪漫の多い、「荒事」という一見荒唐無稽な劇風が喜ばれ、京阪では庶民の生活や人情を主題にして、油壺から抜け出したような二枚目や、傾城が活躍するキメ細かな、「和事」という劇風が喜ばれた。「かぶく」にしても江戸は硬派であり、上方は軟派であった。

荒事は、読んで字のごとく、超人的な力の持ち主が舞台狭くと罵れまわって、悪を懲らしめる芝居である。その創始者こそ、初代市川團十郎であった。

和事の主人公は、女性が思わず羽織をかけてやりたくなるほどに、母性本能・保護欲といったものを刺激するような、やわらかく、弱々しいやさ男である。この「和事」の大成

も、「荒事」同様に元禄期である。名優坂田藤十郎と、作者の氏神といわれた近松門左衛門との提携による。

江戸と上方の歌舞伎の芸脈の違いというものがある。少しおわかりいただけただけでしょうか？私も本の世界でしか理解していないのでおきなことはいえませんが、歌舞伎入門の入り口くらいにはなったのではないのでしょうか？

はたちを過ぎた頃から、日本の古典芸能に興味を持つようになり、歌舞伎であったり、古典落語であったり、能、浄瑠璃なども少しは嗜ったこともあります。すべては子供の頃の原体験である映画館で育った夢想癖に由来するのかも知れません。

仕事で第一線を退くこととなった今、これまで封印していた世界に思う存分浸ってみようかと、いや、待てよ、人はそれをボケ老人と呼ぶだろう。呼ばば呼ば、誰に気兼ねがいるものか！

来月は新社長作之助の登場となります。

本多和彦



我が家の坊ちゃんワンコですが、ゲージに専用の寝床があるのにもかかわらず、一人で寝るのはさみしいからか、夜になるとちゃっかりと私の布団に入ります。まあそんな甘えん坊なところがかわいいですけどね。

布団の中に潜って、ちやんと布団から顔を出して人間のように寝ているので、私が手を伸ばして寝ていると、決まって腕に頭を乗せてきます。腕枕が気に入りの我が家のワンコ。

おかげでこちらは寝返りも自由にはできません(笑)



みきん

ておしやべりむ

じゅうい
街の住医さん 【“屋根&外壁”塗装の点検をしていますか?】



雪が解けると、屋根や外壁のはがれや色あせが気になってくるものです。冬の豪雪に耐え、これから迎える夏の紫外線や暑さに耐えてもらうために、この時期の塗装や修理をおすすめします。

外壁の補修の目安は、ひび割れや手で触った時にざらざらが付くようであれば、補修の時期と考えていいでしょう。屋根の場合は、サビやカビの発生も目安となります。放っておくと家の内部に水

が入り、建物の構造材が腐食してしまうこともあります。

塗り直すことにより、屋根の場合は落雪しやすくなり、紫外線をカットし、遮熱性能をよりアップします。外壁の場合は防水性が高まり、防虫防腐の機能をアップします。

点検の目安は5~6年に一度。無料点検を行いますので、お気軽にご相談下さい。



子育て日記帳★

工事部の高橋です!



先日、2年ぶりに子供たちと一緒に家族で米沢スキー場に行ってきました。

2年前は、全く滑ることができず転んではかりだった子供たちでしたが、学校のスキー授業のおかげで、見違えるほど上手に滑れるようになっていて、びっくりしました。

時々、前が見えなくなるほど吹雪いたりの悪天候の中でしたが、子供たちと一

緒に触れ合いながらスキーを楽しむことができました。子供のたくましい成長を感じることでできた一日でした。

アニメ、ワンピースが大好きな小6の息子と、ポケモンが大好きな小3の娘が、いつまで家族で出掛けてくれるのかわかりませんが、子供との時間を大切にしたいと思います。

「来年もまた連れて行くよー!」



パートナー会社担当者紹介

ホームウェルレティがパートナー会社さんを紹介!します!

株式会社 日建設備 環境技術担当: 加藤 剛土 さん

がっしりとした体格で男らしい加藤さん。高校から始めたフェンシングでは、県代表として、昨年まで国体に11回の出場経歴の持ち主です。

ご自身の仕事の内容は、営業から工事、メンテナンスに至るまで何でも行っているようです。『使い勝手を考えた個々の提案をし、お客様の気持ちになって



考える』を第一に心掛けてらっしゃるとのこと。私生活では2才と1才の女の子のお父さんで、お子さんの食事もおむつ替えも何でも来い!のイクメンパパ♪趣味は読書(SFモノ)、最近ではFM NCVのコーナー「ワクワク米沢JC」のパーソナリティも務めるなどマルチな才能を持つ加藤さんです。



「衣替えに…《脱臭剤・乾燥剤の代用品》」



チャレンジ 25 未来が変わる。日本が変わる。

◆食品の乾燥剤を捨てずに再利用

お菓子や海苔などに入っている食品用乾燥剤をブーツや靴に入れておけば、湿気を吸い、においやカビの予防になります。わざわざ靴用の乾燥剤を買わなくても済みますよ。



◆洗濯粉石けんと、新聞で除湿

洗濯用の粉石けんのふたを開けておくと、湿気取りになります。もし湿気で固まってしまっても、どうせ水に溶けるのだからそのまま使って大丈夫!新聞紙を丸めて靴の中に入れて、ぐんぐん湿気が取れます。どちらも、湿気取りのすばらしい代用品になりますよ。



◆10円玉で脱臭

靴がにおってしまうのは、靴の中に汗などの湿気がこもって雑菌が繁殖するせいです。細菌が繁殖しにくい環境を作りましょう。細菌の繁殖を抑える銅の働きを利用し、10円玉を数枚靴の中に入れて脱臭してくれますよ。



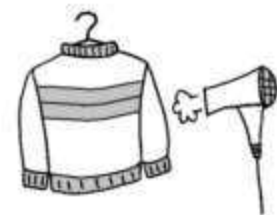
◆くつの収納には、コーヒーかす

焙煎したコーヒーの表面には小さな穴がたくさん開いており、においを吸収します。乾燥させれば脱臭剤として使えます。手軽な一入入りドリッコーコーヒーでもOK。同じように茶殻を乾燥させれば、タンニンの働きで抗菌消臭作用が得られます。市販のお茶パックに入れると衣類の消臭剤にも使えて便利です。乾燥させるには電子レンジでも手軽にできます。



◆番外編《もしも防虫剤のにおいが染みついたら…》

タンスにしまっておきっぱなしで、防虫剤のにおいが染みついたら…そんな時はドライヤーの出番です。洋服ならハンガーに掛けて温風を当てましょう。ウール製品は温風だと生地を傷めるので、冷風機能を使います。



お客様掲示板

今回は、「加藤接骨院」様から頂きました!

《肩こりにお困りの方》
パソコンすると片側だけ肩がこる
肩こりがひどくなると頭痛がする

↓
肩こりの8割の方は、
背骨のズレが原因です

《腰痛にお困りの方【骨盤矯正コース】》
下半身のお肉、お尻が大きいとお悩みの方
産後の骨盤の開き、痛みのある方

↓
歪みが取れて、体調の変化や
美しい体のラインが実感できます

交通事故のケガは『交通事故認定治療院』の当院におまかせください!

加藤接骨院 AM 8:00~12:00
PM 3:00~7:00
定休日 水曜午後・日曜
米沢市松が岬1-2-12 ☎ 0238-49-9850



院長 加藤 慎也

