



Slya Slyich Mechnikov



5月15日は ヨーグルトの日

「ヨーグルトの日」
5月15日は「ヨーグルトの日」です。1900年代の初め、ヨーグルトを世界中の人々に紹介し、健康のため毎日の食事に欠かせない物だと主張したロシア生まれの生物学者イリヤ・イリイチ・メチニコフの誕生日を「ヨーグルトの日」として明治乳業が制定しました。メチニコフはロシアの微生物学者および動物学者です。免疫系における先駆的な研究を行ったことで有名で、1908年にはノーベル生理・医学賞を受賞しています。効果を確かめようと、本人もヨーグルトをたくさん食べていたそうですよ。

趣味 を始めよう!

正しいフォームで格好良くキメル 「ビリヤード」に挑戦

知らないという場合は専門誌やネットで探してみよう。平均的な1時間の利用料金は600〜1000円程度。バック料金や女性・シニア向けの割引などのサービスもあるようです。業界全体で初心者歓迎しているのが、スタッフが親切に指導してくれるからです。まずは正しいフォームでまっすぐ突く練習から始めますが、テーブルに飲み物を置かない、相手のショット中は座って待つ、回りのプレイヤーと場所を譲り合うなどのマナーを知ることがお忘れなく。



頭をフル回転させてテーブル上に集中するビリヤード。1時間もやれば全身にうっすらと汗をかくほどだといえます。年齢が高くなっても楽しめる、さまざまな人と交流ができるビリヤードは不動の人気を誇るゲームと言えるでしょう。ビリヤードの種目は、大別してポケットビリヤードとキヤロムビリヤード、スヌーカーの3つがあります。現在、日本での主流はポケットだそうです。1986年公開の映画「ハスラー2」でポケットビリヤードのブームが巻き起こり、定着しました。

近くのコリヤード場を見かけたら、ぜひ覗いてみてください。

春キャベツは、葉が柔らかくて薄く、巻き方が緩い小さい丸型が特徴です。3〜7月初めに出回り、春玉とも呼ばれ、出始めは新キャベツと言うこともあります。

水分が多く甘味があるので、サラダなど生で食べるとおいしく、浅漬けなどにも向いています。火を通すととろけてしまうので不向きとも言われますが、今回のレシピではそれを逆手にとって、食べやすく優しい味わいのスープに仕上げます。ニンニクとしょうがの香りが食欲をそそり、子どもから年配の方まで喜ばれる一品です。



奥様のための お料理教室

春キャベツの優しい味わいを豚肉とごまのkokoroでいただく 「春キャベツと豚肉のごまスープ」

材料(4人分)

春キャベツ: 1/8コ
豚薄切り肉: 100g

にんにく: 1/2かけ分
しょうが: 1/2かけ分
ねぎ: 1/3本
練りごま(白): 大さじ2
黒ごま: 適量
ごま油: 大さじ1
酒: 50ml
しょうゆ: 大さじ1
塩: 少々
こしょう: 少々

- ① 春キャベツは一口大にちぎる。豚肉は食べやすい大きさに切る。にんにく、しょうがはみじん切り、ねぎは小口切りにする。
- ② 鍋にごま油をひいて熱し、にんにく、しょうがを炒め、香りが出たら豚肉を加え、色が変わってきたら水(3カップ:分量外)、酒を加えて煮立てる。



- ③ アクを取り、キャベツを加える。キャベツが柔らかくなったらしょうゆ、塩、こしょうを加えて味を調える。
- ④ 練りごまを小さなおがめルなどに入れて、軽く煮立てた③のスープ少々を注いでよく溶きのばす。
- ⑤ ④を鍋に戻し入れて火を止める。器に盛り、ねぎと黒ごまを散らす。



【参考】みんなのきょうの料理 <http://www.kyounoryouri.jp/>

家づくり相談室 Q&Aのコーナー

Q. 子どもが玄関から2階の子ども部屋に直行してしまうのが心配です。

A. そんな心配をされるご家庭も多いようです。こうした不安をクリアするためにリビング階段はいかがでしょう？リビングの中に階段があれば、必然的に学校帰りや遊びに行く時などに家族と顔を合わせる機会が増えます。そのため、子どものちょっとした変化にも気づきやすくなるでしょう。

階段や手すりは、圧迫感の少ない視線の抜けるデザインがおすすめ。安全性も重要なポイントですから、段鼻（階段板の端）には滑り止めを取り付けるか、溝加工をしておきましょう。踊り場も設けておくと、万一転倒しても最下段まで転げ落ちる不安が少なくなります。

住宅成功ノート

家づくりではじめの一步をふみだし完成させるまで、いろいろなことが起きます。
つらいこと、楽しいこと、そしてとびきりのアイデア！
あなたの思いをこのノートに書き記して下さい。
そうすれば家づくりはきっと成功します！！

ご希望の方は、今すぐ下記（電話 or Fax or E-mail）にてお申し込みください。

電話 0120-75-2089

Fax (0566)75-2053

E-mail anyhome@hinoki-constr.co.jp

檜建設株式会社 エニーホーム



こんにちは。
さわやかな季節となりました。
何かと活発的なこの時期、安全第一でお過ごしください。

代表取締役社長 安藤 毅

名 前：安藤 毅（あんどう たけし）
経 歴：創業者安藤哲の長男として生まれ、サラリーマンを5年間経験しました。
1983年檜建設入社・2006年社長就任
1997年（社）安城青年会議所第38代理事長就任
住 ま い：安城市赤松町「デンパーク」が町内にあります。

子 がんばれ！ 育てファイル

子連れで音楽フェスを楽しむ！

十人以上前、音楽好きの若者が山奥や海際に集まり、歌ったり踊ったりするイベントとして全国各地で広まった音楽フェス。今では夏の風物詩として、あらゆる世代に幅広く浸透しています。アウトドア店では「夏フェス」コーナーが設けられ、雨に備えたカフフルなポンチョや雨合羽などが店頭を賑わせているのだとか。

当然、ママ世代でも行きたくてうずうずしている人もいるでしょう。でも「子ども連れではとても無理」とあきらめていませんか？しかし心配は無用。実は、近年ますます親子連れが増えているそののです。会場が山の場合、ボードウォークという木製の歩道がボランティアの手で整備されていることが多く、車椅子でもベビーカーでも通れるようになっていきます。子どもが遊べるキッズエリアを設けている会場もあります。但し、フェスによって異なるので、トイレ、授乳所などと共に、会場の様子をネットなどで事前にチェックしておきましょう。

また、雨はつきものなので、レインコートは必須。虫よけスプレーや日焼け止め、タオルなども忘れずに。大人が興奮しすぎて、子どもの体調の変化を見逃さないようじゅうぶん気を付け、時には途中で帰宅することも覚悟しておきます。近づくたい気持ちはわかりますが、前列に出過ぎずステージからは距離を置くことも大切。大音響を抑える子ども用イヤーマフ（耳栓）をつけていると安心です。



あなたらしく生きる100通りの方法

台所道具に仕事道具
裁縫道具や園芸道具そして文房具
今日はあなたを助けてくれる道具のお手入れをしましょうか
道具のありようは
あなたの姿でもあります
ピカピカにして強い味方にしましょう