

写真を撮るときの「はい、チーズ！」は、日本だけでなく世界的な掛け声だそうです。カメラを向けられて緊張している人も、おいしいものを想像すれば自然と笑顔になるだろうというわけで、イメージしやすいおいしいものの代表がチーズなのだとか。好きなものを思い浮かべていれば、いつも笑顔でいられそうですね。

## ちょっと気になる チマタの話

来る11月11日は「チーズの日」。その由来は今から時をさかのぼること1300年余り、西暦700年の旧暦10月、新暦でいえば11月にチーズの元祖といわれる「蘇(そ)」を作った記録があるからとか。そこで覚えやすい11月11日をチーズの日として、チーズ普及協議会と日本輸入チーズ普及協会が毎年「チーズフェスタ」を開催しています。ところで「蘇」と聞いて「どこかで耳にしたことがあるような？」という方もいらっしゃるのでは。新型コロナウイルスの感染拡大が始まった頃、ステイホームで流行したのが「蘇」作り。ひたすら牛乳を煮詰め、混ぜ続けて作る飛鳥時代のチーズがツイッターをはじめとするSNSをにぎわせました。「チーズフェスタ」公式ホームページでは、おいしいチーズ料理のレシピも電子ブックで無料配布中！今年のチーズの日は、買って食べてもよし、料理してもよし、「蘇」作りにチャレンジしてもよし。いろいろと楽しんでみませんか。

## 手軽に楽しく Let's 英会話

### 今月のキーワード：【draft】

大谷翔平選手の活躍ぶりが本当にスゴイですね！高校卒業後はメジャーリーグ行きを表明していたため2012年10月のドラフト会議で指名したのは北海道日本ハムファイターズのみでした。

“draft”はこの「選手選抜」の他にも「草稿・下書き・通風・徴兵・(樽から)くみ出されたビール」など実に多くの意味があります。“Would you check a draft of my speech?”は「スピーチの下書きをチェックしてくれないか？」です。一日も早く満員のスタンドで野球を観戦したいですね。

### 知って得する知恵袋

灯油をこぼしたときは、粉洗剤を素早く振り掛けて灯油を吸い取らせると臭いが残りにくくなります。粉洗剤をほうきで掃除したら住宅用洗剤を溶かした液で拭き取り、最後に水拭きで仕上げます。粉洗剤の代わりに小麦粉や塩でも代用できるそうですよ。

## ? 仕事の合い間に間違い探し!

よく見ると左右のイラストには異なる箇所が7つあります。正解は巻末に!



# ここで解決ッ!

# 新聞でよく見かけるあの言葉

## 今月のよく見かける言葉：【ファシリテッドッグ】

アニマルセラピー（動物介在療法）の専門的なトレーニングを受けた犬のこと。病院に常駐して子どもの入院患者に寄り添い、リハビリのサポートや麻酔導入まで付き添うなど治療にも関与する。ファシリテッドッグに指示を出すハンドラーも臨床経験5年以上の看護師等が条件となっており国内では4病院に導入されている。

## 暮らしの中の千夜一話

飲食店やホテルでは必ずトイレに行く。用を足したくなくても、とりあえずトイレに立ち寄る。建物や内装は立派でもトイレに清潔感がなければ星1つ。逆に建物や内装は古びていても、トイレ掃除が行き届いていれば星3つ。「私の格付け」と題した心のメモ帳にそっと記録しておくのが密かな趣味になっている。実は、私は人に対しても同じことをしている。トイレの使い方には人柄が表れやすいのだ。つい先日のこと、お目にかかった女性起業家セミナーの講師は、セミナー中はとても上品だったのに、トイレで一緒になったとき、洗面台を水浸しにしたまま「ごきげんよう」と爽やかに出て行った。私はすかさず心のメモ帳を開いて「本性見たり」と書き込んだ。デパートでもコンビニでも映画館でも、手洗いのついでに洗面台をさっと拭いてからトイレを出る人を、私は人として信用しているところがある。掃除は心磨きであり、心の力を育てる。などとエラそうなことを言っているけれど、これはある人の受け売りだ。旅先で知り合ったその人は、涼やかな声で「トイレには神様がいるといわれるけれど、トイレの神様はその人の“ころばえ”を見ているのかもしれないね」と言った。「トイレは鏡のような場所。その鏡が映し出すのはころばえです。謙虚で気づきがあり、感動と感謝を忘れない。トイレという鏡にそんなころばえが映るようになれば、あなたの心はピカピカに磨かれているはずですよ」。あの日から3年半。私の心は少しくらいピカピカしてきたらうか。



### コハルちゃん

画：ゴハチ

## 今月のあなたの運勢

鑑定：妙慎

### A型

明るい兆しが見えて運気の好転がうかがえます。発展するための基礎固めをする時期と心得て惜しまず努力を！

### B型

前進より内容の充実に力を入れると良い月。周囲との調和を心がけて日々、充実して過ごすよう努めましょう。

### O型

積極的に活動するより受け身の姿勢でいたほうが良さそうです。困った事があったら素直に助けを求めると吉！

### AB型

活気があるように見えて内情は苦勞が多い月になりそうです。しかし月の後半から運気は向上しつつあります。



# 安井レイコの メタボとは無縁の **パワーレシピ**

## 【カリフラワーとポテトのミルクグラタン】

このコーナーでは、簡単に作れて体の中からキレイになれる一品をご紹介します。

カリフラワーは、ゆでてもビタミンCの損失が少なく健康にも美容にもいい食材です。定期的に食べたい野菜ですね。牛乳で煮る際に吹きこぼれが心配な場合は、電子レンジで加熱をしてから煮ても良いでしょう。



### 【材料】 2人分

カリフラワー	100 g
じゃがいも	2個(約 300 g)
牛乳	200ml
パルメザンチーズ	大さじ1
塩	小さじ1/4
黒こしょう	少々

※パリッと歯応えのあるカリフラワーが好きな場合は、煮ないで右記3で直接グラタン皿に入れてください

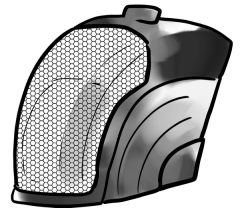
### 【つくり方】

1. 牛乳を入れた鍋に、皮をむいて7mmの厚さに切ったじゃがいもを入れる
2. 小房に分けたカリフラワーと塩も入れて、じゃがいもがやわらかくなるまで煮る
3. グラタン皿に上記2を入れ、パルメザンチーズと黒こしょうをかけて250度に温めたオーブンで7~8分ほど焼いたらできあがり

## これ 気に

### 今月のコレが気になる：【ミライスピーカー】

家族でテレビを見たり、少し離れて家事などをする際にテレビの音を聞こえやすく変換してくれるスピーカーです。世界初の特許技術で作られた振動板から発せられる「曲面サウンド」により、ハッキリと聞こえやすい音声が広範囲に広がります。コンパクトで場所をとらず、テレビにコードをつなぐだけなのでお年寄りにも喜ばれそうですね。



## いざとなったら役に立つ! ビジネスに使える **ネタ話**

『日経トレンドィ』の調査結果による「2020年ヒット商品ベスト30」の2位は「マスク消費」。市場規模では5000億円を軽く突破して、前年の約12倍の伸びだったそうです。今年になって売り上げは減少しては



るものの、マスク需要を商機と捉えた各社の工夫はなおも続いています。去年は着用時の不快感をいかに軽減するかが焦点で、スポーツメーカーやユニクロなどから「ひんやりマスク」が続々と登場。中でもエアリズムの生地を使ったユニクロのマスクが大ヒットしました。今年になって話題を呼んでいるのは、マスク着用時の「口内ケア」に注目した商品だとか。菓子メーカーのロッテや明治は、マスク内の口臭が気になるという消費者の声をもとに「マスク着用時専用」と銘打ったユニークな

商品を出しました。口臭ケア用のガムは今までもありましたが、マスク着用時専用品として売り出したことが今回の勝機となっているようです。コロナ禍で変化を余儀なくされた部分はたくさんあります。そして、潜在的なコロナニーズにいち早く対応し、対策した商品開発に新たな商機と勝機があるようです。

# 生きる力が湧いてくる！ 光を放つ名言コラム

## 【日常は一汁一菜でいい】

「日常は一汁一菜でいい。その上で、おかずは時間に、お金に、心に余裕があるときに作ればいい」。料理研究家の土井善晴氏が朝日新聞のインタビューで語っていた言葉です。土井氏は具だくさんの汁物とごはんと漬物の食事を一汁一菜として紹介しています。土井氏は忙しい暮らしの中で毎日の献立作りに女性が苦しんでいる現状を知り、一汁一菜を指導するようになったそうです。「家庭料理に外食のような味付けを求められても作る人は困る」とも話していました。おいしい食事には人を元気にする力があります。しかし、家庭料理で品数や外食のようなおいしさにこだわると続きません。食事の最大の目的は生きるための栄養をとることです。基本に立ち返り、おいしさへのこだわりはほどほどにして、誰もが気軽に料理をするようになれば風通しの良い社会になる気がします。

## 社長の戯言

こんなこともできるんです！

最近は便利なものが、手ごろな価格で手に入り、重宝に使わせていただいています。

写真はスマホに取り付けられるサーモ



カメラで撮ったものです。画像もきれいに映し出されていますよね。

アプリとの連動で、色による温度確認ができます。室内の温度むらや外気の流入箇所などを確認するのに便利です。

壊さなくても、家の弱点を見つけられるのは助かります。雨漏りのあるところなどは、他のところに比べ温度が低く表示され、一目で確認できたりします。

2050年脱炭素化に向け、既存住宅の断熱補強・改修が求められています。住宅内での温度差による事故も多くなっています。的確な断熱工事を行うためにも、役に立つアイテムです。これからの断熱工事に活用していきます。 高橋秀彰

平成28年4月から始めた「手しごと便」。好評をいただいております。特に高いところや道具が必要なことなど、ご自身ではやりきれない。そんな時に、このサービスをご活用ください。お気軽にお声がけください。

# 手しごと便

## 間違い探しの答え

1. 左上、お城の旗の向き 2. 右上、眼鏡をした女性の頭上のろうそく 3. 右上、眼鏡をした女性の帽子の舌 4. 右上、眼鏡をした女性の後ろの窓からのぞくお化けの手 5. 左中段、座っている女性の後ろにあるかぼちゃ 6. 左中段、座っている女性のネックレス 7. 右中段、ドクロのお面の目

## 盟章建設株式会社

〒362-0054 埼玉県上尾市堤崎 444-18

電話：048-776-9801 F A X：048-776-9802

サイト：<http://www.meisyo-kensetsu.jp>

メール：[contact@meisyo-kensetsu.jp](mailto:contact@meisyo-kensetsu.jp)

ブログ：<http://meisyokk.blog103.fc2.com/>