

フジハート

2023.07

Vol.110

私とフジアートの人生いろいろ



七夕祭りも終わり、これから夏本番になっていきます。暑くなると、冷たい飲み物に頼りがちですが、一気に飲んだりすると胃腸が疲れてしまい、夏の終わり頃には悲鳴を上げて胃腸炎になりやすいので、ビールの美味しい季節ですがお気をつけ下さい。皆様、いかがお過ごしですか。フジアート株式会社 代表の渡邊富士雄です。

「チャーハン」と「焼き飯」。お店でも家庭でも両方の呼びかたをし、あるいは冷凍食品でも両方の呼び方の商品がある食べ物。お店によっては「五目焼き飯」の下に「キムチチャーハン」という商品名が並んでいるメニューもあるから、なんともややこしい。お店の人に聞くと、具材の違いだけで基本的な作り方は一緒だということです。例えば「ラーメン」と「中華そば」も同じ料理なのに呼びかたがふたつあるのと同様です。「ラーメン」という呼びかたは、それまで「中華そば」や「支那そば」という呼びかたが一般的でしたが、昭和33年日清食品が「チキンラーメン」という即席めんを発売し、マスコミで大々的にコマーシャルをしたことから、「ラーメン」の呼びかたが定着しました。では「チャーハン」と「焼き飯」はどうなのかという昭和33年にあみ印食品が「炒飯の素」という即席の粉末食品を、関東を中心に売り出したことで、「チャーハン」という呼びかたが関東において一般化したとか。さてここで「関東において」と述べましたが、関西ではちょっと違う流れがあったようです。関西は、「お好み焼き」「焼きそば」に代表されるように、粉ものが好まれる食文化がありました。そして「お好み焼き」や「焼きそば」を料理するのは、中華鍋でもフライパンでもなく、大きな鉄板です。ここで「チャーハン」と「焼き飯」のルーツの違いが見えてきます。「チャーハン」は漢字で書くと「炒飯」炒(いた)める飯。強い火力でお玉を使って作ります。「焼き飯」は焼く飯。大きな鉄板にご飯を乗せ、ヘラで押し付けるなどして鉄板焼きにします。「チャーハン」の味付けは中華風。「焼き飯」は鉄板焼きらしくソースや醤油がベース。この二つの料理は、時代を経るに従い呼びかたが混在してきたようですが、関東では「チャーハン」と呼ぶ人が多く、関西では「焼き飯」という人が多いのだとか。また、地方や時代によっては、焼いたおにぎりを「焼き飯」と呼ぶ場合があったり、江戸時代は雑炊などを「焼き飯」と呼ぶ場合もあったようです。「チャーハン」にせよ「焼き飯」にせよ、冷えたご飯で作ると美味しいという伝説がありますが、これは間違い。大きなレストランの総料理長に聞いたところ、それは保温器がなかった時代、冷えたご飯を美味しく食べるための工夫で、本当は温かい炊き立てで作るのが一番美味しいそうですよ。

7月1日から海岸では海の家がオープンしています。私の友人が3人、海の家を経営しています。

我が家の息子と娘が海の家でアルバイトをしたいと言うので、友人にお願いして二人とも海の家でアルバイトをしています。最近ではVIPルームを作り、エアコンを付けながら過ごせる個室もあるらしいです。時代が変わったなと感じます。私も海の家には何度か行く機会があるのですが、海を見ながら波の音が聞こえてくる場所でビールを飲みBBQをするのが、最高に癒されます。機会があれば、是非行ってみてください。

代表取締役 渡邊 富士雄



Refresh Time



リフォームアドバイザー

小石 麻奈美

明日の活力に！
見聞きした体験をご紹介します

「車のナンバー」

毎日暑い日が続いていますね。

この夏は数年ぶりに帰省や旅行に出掛ける方も多いかと思えます。

私は運転中などに車のナンバーや地名を見て、こんな遠くから来てるんだと想像したり、数字の語呂合わせなどをしています。人気の車のナンバーについて検索してみました。

第1位：「1」・・・1番、NO.1 人気なのは予想できますね

第2位：「8」・・・横にすると∞(無限)、漢数字の八は末広がり縁起の良い数字だそうです。

第3位：「3」・・・こちらも縁起の良い数字だそうです。

第4位：「8888」・・・縁起の良い8をゾロ目にしてさらに縁起が良い

第5位：「1122」「1188」・・・いい夫婦・いいパパの語呂合わせでよく見かけますね

個人的には誕生日、例えば10月27日生まれだと「1027」、これを見かけると同じ誕生日の人が乗っているのかなあと勝手に親近感を持ってしまいます。あと「2525」(ニコニコ)をみると顔が緩みます。

ちなみに工事関係の車では

「1134」・・・いいサッシ(窓関係の業者) 「1126」・・・いい風呂(システムバス施工店)

「5963」・・・ご苦労さん

などの語呂合わせのナンバーがあります。

また、ベスト10には入っていませんが縁起の良い数字では「358」があるそうです。

徳川3代将軍家光・5代将軍綱吉・8代将軍吉宗

沙悟浄の3・孫悟空の5・猪八戒の8などに由来するそうです・・・

皆さんの車のナンバーは何かこだわって決められましたか？

イマドキ・トピックス

ちょっと気分があがる、今話題のコトや物をご紹介します！



スイカを楽しもう

甘くてジューシーなスイカ。抗酸化作用があるβカロテンやリコピン、ビタミンCのほか、カリウムなどを含み、栄養豊富です。利尿作用でむくみの解消や老廃物の排出を促すため、高血圧の予防にも効果的だといわれています。

そんなスイカをいつもと違う形で楽しんでみては？ まずはジュース。ひと口大に切ったスイカと砂糖、塩を適量入れ、ミキサーで混ぜて濾せば完成します。スイカのみのも美味ですが、砂糖や塩を少し加えることで、スイカの甘さが引き立ちます。シロップを加えるのもおすすめです。スイカの果汁を凍らせて、氷代わりにすれば、味わいが薄まることなく最後まで楽しめます。熟しすぎたスイカも活用できます。ほかに、スイカを横半分に切って中身をくりぬき、サイダーを入れてひと口大に切ったスイカやキウイ、

バナナ、市販の白玉などを入れたフルーツポンチはパーティにおすすです。皮の部分も活用できます。縞々の硬い皮はむき、塩だけでつけるシンプルな浅漬もいいですし、胡麻和えはすりごまの代わりにごま油とiriごまを使うことで、スイカ独特のにおいがマイルドに。砂糖は不要です。

ちなみに丸1玉購入する場合は果皮のツヤがあり、シマ模様がかくつきりしているものを選びましょう。軽く叩いた時の音にハリがあり、弾むような澄んだ音がするもの。低い音が熟しているサインです。スイカは収穫直後が美味しいのでなるべく早く食べましょう。丸のまま保存する場合は、風通しのいい涼しい場所で。カットしたものは、水分が飛ばないようにラップに包んで冷蔵します。一口サイズに切って冷凍保存も可能ですよ。



日だまり ゆるりらいふ

家事がちょっと楽しくラクになる豆知識など、無理せずできる、心地よい生活へのヒントを主婦のつぶやきでお伝えします



事務スタッフ
阿部 桃子

毎日ムシムシとした日が続きますね☆

さっぱりとした物が食べたくて、炭酸ゼリーを作ってみました。

準備として、炭酸水は常温に戻しておきます。

1. 粉ゼラチンを水でふやかします。 2. みかん缶は実とシロップを分け、シロップを鍋に入れ中火で加熱し、沸騰直前まで温めたら火を止め、1を加えて混ぜ合わせます。
3. 粗熱を取り、砂糖を加えて混ぜ合わせ、砂糖が溶けたら炭酸水を加えてやさしく混ぜ合わせます。 4. 器にみかんの実を入れて、3をやさしく注ぎます。
5. ラップをかけ、冷蔵庫で3時間ほど冷やし固め、完成です。

加熱したシロップ液をしっかり冷ましてから炭酸水を入れるのがポイントのようです。失敗して炭酸が抜けてしまっても材料的には美味しいゼリーができるし！と思って作ってみました。出来上がりはほんのリシュワとしたゼリーが出来ました。シロップ液の冷まし方が甘かったのかもしれません。娘たちにはシュワシュワする〜♪と好評だったので、果物を変えたりしてまた作りたと思います。



材料（4個分）
みかん缶（400g）…1缶
粉ゼラチン…5g
水（ふやかす用）…大1
炭酸水…150ml
砂糖…大3

スタッフに聞いてみました。

Q. 梅雨の時期に特に気をつけている事は

ジメジメとしてイヤ〜な梅雨ですが、特に気をつけていることはありますか？快適に過ごす工夫や雨だからこそできることなど、こだわっていることを聞いてみました。

渡邊 … 汚れた車に乗るのが嫌いなので、天気予報をまめにチェックして、いつでも綺麗な車に乗れるようにしています。

白鳥 … タオルを1枚多く持ち歩くようにしています。

守家 … マンション住まいなので、各部屋の換気口を開けて24時間換気をつけっぱなしにして空気の循環をしています。

小石 … くせ毛なので梅雨になると毎年ストレートパーマをかけています。ヘアケアがものすごくラクになります。また以前、畳やクローゼットの中にカビが発生したことがあり、除湿器は欠かせません。

高橋 … まったく気にしていません！

三木 … 梅雨時期は就寝中の熱中症に気をつけています。電気代は気になりますが体調第一なので、夜の寝室だけは起きる時間までエアコンをかけ続けています。

安部 … 曇天な天気が続くので、落ち込まず、メランコリックにならないよう、気分をあげていきます。

花村 … 洗濯機用クリーナーを週一で使います。布団乾燥機もこの時期に一番使います。犬と猫がいるのでエアコンを24時間稼働するため毎週フィルター掃除をします。犬猫の給水機も毎日洗うなど、知らず知らずによくやることが増えています。空室の現場では、この時期締め切るとカビが繁殖するので、風を通します。特に新床（畳）には気をつけています。

岡 … 特にはないのですが、クロス下地用パテの乾燥が悪くなるので、現場用の扇風機で乾燥させています。

鎌田 … とくにありません！

加藤 … 天気予報をこまめに見ることです！

阿部 … 小児喘息だったからか気管支が弱いので、梅雨時期や季節の変わり目は喉がイガイガしやすく、そうなったら即マスク！です。

三角 … 食事に酢を使うことが多くなります。食欲増進や食中毒の防止、季節の変わり目で疲れる身体の回復にもよさそうなので。また、むくみやすいので利尿効果のあるスイカやきうりなど瓜系の食材をよく使います。ぬか漬けも梅雨に入ると始めます。

今年は5月から真夏日が続出し、すでにエアコン稼働も。電気代も高騰する中、節電・省エネを意識して、快適に夏を乗り切る工夫を実践！

節電・省エネ対策で、快適エコ生活を実現

家計を圧迫する、**電気代高騰**の背景

大手電力会社の多くが一斉に電気料金を値上げしました。主な理由は、コロナ感染後の経済復興やウクライナ戦争が引き金となり、天然ガス・石油・石炭などの化石燃料価格が高騰したためと考えられます。世界中で問題視されている地球温暖化の影響で、年々気温も上昇し、エアコンのフル稼働は必至。CO2を減らす意味でも、日々の節電を心がけましょう。



できることから始めよう！ 家計にも地球にも優しい節電対策

エアコン稼働の鉄則

- エアコンの温度設定は1℃上げると約10%の節電になるそう。なるべく、26～28度を維持しましょう。
- フィルターはこまめに清掃を。また扇風機と一緒に使用するのも、冷却効率アップにつながります。
- 節電だからと頻りにスイッチを切るのは逆効果。エアコンは作動時にもっとも大きなエネルギーを消費します。

再生可能エネルギー、太陽光発電の導入も考えてみよう！



家屋や室内を冷やす工夫

- 屋外の遮光対策が有効。つる性植物で外壁や窓を覆う緑のカーテンや、サンシェードなどを活用して、強い日差しを和らげましょう。室内カーテンも遮熱タイプにして、熱の吸収を抑える明るいカラーを選ぶのがベストです。
- 早寝早起き生活を実践。照明も室温を上げる一要因です。また照明器具はLEDに交換すれば、大幅な節電が期待できます。
- 部屋にこもった熱を逃がすには換気が一番です。対角線上にある2カ所の窓を開けて風の通りをよくしましょう。



視覚と香りで体感温度を下げる

- 白やブルーの寒色系インテリアに衣替え。視覚に加え、ペパーミントの香りは体感温度を下げる効果が期待できると言われています。清涼感のあるルームフレグランスの活用を。



Thank you for reading.

編集後記

事務スタッフ

三角由香



お風呂やプールで耳に水が入って、なかなか抜けないことってありますよね。ひと晩寝ても抜けずに不快だったことがあり、抜くにはどうすればいいのか調べていたら、なぜ耳に入った水が抜けなくなるかの解説がありました。耳の中の外耳と鼓膜のつけ根に小さなくぼみがあり、そこに水が溜まって表面張力が働き、鼓膜に張り付くような状態になってしまえば水が抜けなくなってしまうとか。物理学的で無条件に、そりゃ手ごわそうだわ、と納得。つい綿棒でとろうとしてしまいますが、結局とれないし、あまり突くと鼓膜が傷つく可能性があるのでやめた方がいいですよ。いくつかの方法がありました。○耳を温める ○仰向けに寝転んで1分ほど口をパクパクした後、水が入った耳を下に横向きになる ○耳を斜め後ろ側に引っ張りながら、耳が下になるように頭をゆっくり傾ける ○呼び水をする(わざと耳に水を数滴入れて、耳を傾ける)など。結局全て試しても抜けず、自然と蒸発するのを待ちました。呼び水は「絶対に抜ける」とあったので期待したのですが…めまいを起こすことがあるという理由で、推奨していないお医者さんもいます。気長に待つしかないことも人生にはあるのよね、と悟りました。2～3日違和感が続く場合は耳鼻科を受診してくださいね。

