



初春のお慶びを申し上げます

1月

穏やかな新年を迎えられたことと存じます。
熊本地震からもうすぐ2年。暮らしは落ち着かれましたか。変わりゆく町並みに淋しさもありますが進歩しているのだと感じるゆとりも生まれてきています。今年もみなさまにとって輝かしい一年でありますように。



2018年 星座占い(*_*)

星座名	性格と傾向	全体運	仕事運	ラッキーアイテム&方位
牡羊座 3/21~4/20	負けず嫌いなリーダータイプ。後ろは振り返らない主義で飾らないストレートさが最大の魅力。	派手さはないが、実績と信頼を積み重ねる年。己の敵は己なり。深く自己を知り、脱皮を目指して色々挑戦しましょう。	昇進や仕事上の評価を得る。その分、責任も重くなるので気を抜かないように。じっくりと物事に取り組もう。	上品な印象に欠けているあなた。貴重品や高価なアクセサリを「東」の方位にしまいましょう。印象がよくなります。
牡牛座 4/21~5/21	おっとり穏やかだが芯は強い。ガンコだと言われても、どこ吹く風。気にしません。本当に価値あるものを見抜きます。	新たな目標が見える年。あえて少し高いところを目指してもいいかも。キーワードは「革新」	人にペースを合わせるが多くなりそう。ほどほどの丁度いい距離を意識しましょう。	「西南西」に金色の装飾の陶器や水槽を飾りましょう。自然と勇気があふれてきます。
双子座 5/22~6/21	人なつこい雑学博士。新しもの好きでトークが上手だが、時々、孤独を感じる二面性もあり。	自分にとって不要な感情を手放し心のダイエットをはかりましょう。キーワードは「ニーズ」何を求められているか察し的に。	仕事の量は増えますが、ルーティーン的で退屈に感じるためうっかりミスをしそう。気をつけて。	少々おしゃべりが過ぎる印象のあなた。「北北東」に馬の絵ハガキを飾ってみて。落ち着いた印象になります。
かに座 6/22~7/22	感受性豊かだが、感情に走りがち。姉御肌兄貴肌でパーティー好き。アットホームな包容力があなたの魅力です。	対人関係が整理され、利益にならない相手との付き合いも清算。さる者追わずが正解。やりたかったことに全力でぶつかりましょう。	遊びと創意工夫で取り組む。転職でやりたいことにチャレンジするなら5・6・8月がとくにオススメです。	恋をすると性格が変わるあなた。冷静さを失わないために「南」の方向に魚にまつわるもの、または水色の石などを飾りましょう。
獅子座 7/23~8/22	陽気や華やか。義理人情に厚く曲がったことが大嫌い。でも、ちょっと見栄っ張り。光り物も大好き。目立つ存在です。	自己管理やスキルアップが課題の年。謙虚な姿勢が大事で、自分を取り巻く環境に感謝しましょう	集中しにくい状態になりますがルーティーン作業や気乗りしない依頼にきちんと対応できればいい方向へ。	南南東の方角にコロンや香水など香りにまつわるものを配置して。いつも以上に素直になれます。
乙女座 8/23~9/22	スキのない有能秘書官タイプ。キレイ好きで自己管理できるタイプ。物事の本質に気づく分析力を持ち意外と毒舌家だが、時々世の中をあきらめて悲観的になります。	遊び心優先で大丈夫。あなたが楽しむ姿はほかの人にも元気を与えるでしょう。小さくなるのは勿体ない運勢。世界が広がります	思い込みは厳禁。ささいな事でも確認を。新しいことへの挑戦はOK。転職希望の人は7~10月がチャンスです。	制服などオフィシャルな衣類は「北北東」に。頭が整理され計画的にお金の貯蓄運用ができます。
天秤座 9/23~10/23	オシャレでスマートな外交官タイプ。バランス感覚を最優先。美しいものは何でも大好き。ルールは大切、マナー違反はカッコ悪いと信じています。	家族や身近な仲間と障害を乗り越える年。一筋縄ではいきませんが、逃げは禁物。正面から体当たりする覚悟で道は開けます。	身体が資本。自分磨き、ボディメンテナンスで体力や感性の向上を図ることが仕事の幅を広げます。無理はしないこと。	クルマやゴマ、ナッツ類は「西」の方位で保存。八方美人になりがちなあなたも言いたいことが言え自分表現ができるように。
蠍座 10/24~11/22	中途半端なことが嫌いな戦略家。極端な自分が大好き。口には出さないが情熱的でミステリアス。秘密めいたところが魅力です。	情報に敏感に積極的に行動すべき。キーワードは「コミュニケーション」友達や会社の人の顔ぶれが変わる可能性あり。	中心となって周りを引っ張って。転職希望の人は、いよいよその時がきました。	裏切りが怖いあまり、人を信用できないあなた。「西南西」に光沢のある布やガラス製品を置いてみましょう。人が信じられるように。
射手座 11/23~12/21	未知の世界へ飛び出す冒険者。探究心や向学心が強く自由と寄り道が大好きで多趣味。束縛が嫌いです。フットワークの軽さが武器	自分を見つめ自分の価値を高めていく年。手を抜いただけ結果に影響が出ることを忘れないで。怠惰に流されないように。	先送りにできない問題に着手する年。新展開を期待せず絡まった糸をほぐすことに重点をおきましょう。	浪費家傾向のあなた。「西北西」にオリーブの木やオリーブオイルを置いて。お金が貯まりやすく、節約志向が高まるかも。
山羊座 12/22~1/19	堅実にして慎重。ムダは悪と考え目標があるとやる気になります。責任感も強く意外と心配性でせっかち。頼れるタイプですが、もう少し遊び心があってもいいかも	自分を鍛える年。押しなしいっかりとした自分軸を持ちましょう。気づいていませんが注目されています。振る舞いに気を付けましょう。	今年は個人プレーよりチームで動くよう心掛けて。視野を広く持ちやりたいことをやるのがいいでしょう。	恋に慎重なあなたは「北」の方向に金色のアイテムを飾ると相手に好印象が与えられます。
水瓶座 1/20~2/19	常識や時代にとらわれない世界観。クリエイターやマニアックになりがちだが、人からは変人扱いも。しかしまたそれをうれしく感じてしまうところあり。個性豊かです。	面倒事は先送りできない一年。ひとつひとつ対処していきましょう。精神力を鍛えて。今年はいつともより成長できるはずですよ。	昇進のチャンスですが自由度は低下。苦しいですがその対価は必ずあります。転職は現状と希望がなかなか一致しません。	園芸用品は「北北西」に片づけて。気まぐれなあなたも地に足のついた行動ができるようになります。
魚座 2/20~3/20	つかみどころのない不思議ちゃん。芸術や夢を愛するロマンティストで、自分の世界で遊ぶのが好き。人がいいので、ノと言えないのが欠点。流されてしまわないように。	友人たちとのつながりを実感する年。他人と関わることを恐れずみんなで取り組んで。情報量が多いが玉石混合が実態です	やってみると案外難易度は高くない可能性。身構えるよりやってみて。勉強に向く一年。さらに上を目指しましょう。	傷つきやすいあなたは「東南東」に樹木をモチーフにしたものを飾りましょう。嫌なことがあっても前向きになれます。

アトピーの方にもおすすめ！

ピアモイスシリーズ化粧品お試しセットを先着50名様に！

熊本でアトピー性皮膚炎の治療を専門としている「アトピアクリニック」の院長・稲葉葉一先生が研究・開発～商品化したしたスキンケア用品、ピアモイスシリーズのお試しセットを差し上げます。

ピアモイスソープ+ピアモイスローション+ピアモイスクリーム(約10日分)

☆ご使用後、簡単なアンケートモニターとしてお答えいただける方に、二神石油ガス事務所にてお渡ししています。販売・勧誘など一切ありません。(日祝以外、会社営業時間内に限ります。)

主成分

- ☆サクラン・・・ステロイドのような抗炎症作用とヒアルロン酸の5倍以上の保湿力
- ☆水素・・・強力な活性酸素除去作用によるアンチエイジング効果
- ☆銀イオン・・・抗菌作用による皮膚の雑菌の繁殖を抑える

アトピアクリニック <http://atopia-clinic.jp/>

白菜を使わないお鍋レシピ

年明け早々、白菜ほか葉物野菜が高騰しています。通常ならば一番白菜がおいしく、一年で一番使用頻度も多いこの時期になんと厳しいところ。なんでも昨年10月の台風が影響しているとのこと。この号がお手元に届くころには価格が下がっている可能性もありますが、たまには白菜なしのお鍋もいいかもしれません。お鍋のおいしい季節。おサイフに影響しない野菜を食べましょう！

2月

豚バラもやし鍋 (4人分)

(材料) 豚バラ薄切り肉300g・もやし400g・好みのきのこ200g
 にんじん1/2本・絹ごし豆腐150g・にら1/2束・水5カップ
 プ・ごま油大さじ1・ポン酢やごまダレ各適量

(作り方) ①豚肉は一口大に切る。もやしはひげ根を取り除く。きのこは小房に分ける。にんじんは細切りにする。にらはもよしの長さで切る。豆腐は一口大に切る。
 ②鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したら①の豚肉を入れて火を通し、残りの①を入れてごま油を加え、火が通ったものから好みのタレでいただく。

豚もやし担担鍋 (4人分)

(材料) もやし400g・豚ひき肉400g・万能ネギ1束・にんにく1かけ・しょうが1かけ・豆板醤大さじ2/3・ごま油大さじ1
 A: 鶏ガラスープの素大さじ4・水5カップ・味噌大さじ4・すりごま大さじ4

(作り方) ①万能ネギは斜め切りにし、水にさらす。にんにく・しょうがはみじん切りに。
 ②鍋にごま油、にんにく、しょうが、豆板醤を入れて中火で熱し、香りが出たらひき肉を入れて炒める。
 ③混ぜ合わせたAを加えひと煮立ちさせる。もやしと万能ネギを混ぜ足しながらさっと煮ていただく。中華めんやうどんを入れても！

じゃがいもとれんこんのカムジャタン風鍋 (4人分)

(材料) 豚バラ薄切り400g・じゃがいも4個・れんこん400g・長ネギ1本・もやし100g・豆苗1/2袋・キムチ100g
 A: にんにく3片・薄切りしょうが1片・鷹の爪4本・鶏がらスープの素大さじ1.5
 B: コチュジャン大さじ2・酒大さじ2・しょうゆ大さじ3・味噌大さじ3
 塩こしょう・植物油・水1800cc

(作り方) ①豚肉は塩コショウし、油を熱したフライパンで焼いて一旦取り出し、れんこんは大きめの乱切り、長ネギは斜め切り、豆苗は食べやすい長さに切る。じゃがいもは丸ごと。(くずれにくい品種)
 ②鍋に水1800cc・(A)・皮をむいたじゃがいもを入れて火にかける。沸騰したらアクを取り除いてアルミホイルで落し蓋をし、弱火で約15分煮る。
 ③じゃがいもに火が通ったられんこん・豚肉・(B)を加えて約5分煮る。もやし・長ねぎを加えてひと煮立ちさせ、豆苗を加えて出来上がり。
 ★カムジャタン=じゃがいもを丸ごと使った韓国のスープ料理



鶏ももごぼう鍋 (2人分)

(材料) 鶏もも肉1枚・ごぼう1本・ニンジン1/2本・長ネギ1本・エノキダケ1株・豆腐1/2丁
 柚子こしょう、刻みねぎ適量 ※には、春雨がおすすめ40~50g位
 A: 水500ml・白だし(液体)50ml~お好み・薄口しょうゆ、日本酒適量

(作り方) ①ごぼう、にんじんは、ピーラーで長さ10cmくらいのテープ状に切り、ごぼうは水にさらしてアク抜き。長ネギは斜め切り。他は食べやすい大きさに。(具材を増すためにもやしを入れてもおいしい)
 ②鶏もも肉は一口大に切り、油をひいたフライパンで焼き氷水で冷やす
 ③土鍋に水・白だし・酒大さじ2入れ味をみる(好みで調整)
 ④煮立ったら水気を切った鶏、野菜、豆腐を入れる
 具材が煮えたら出来上がり。柚子こしょうを入れて食べる
 鶏とごぼうのダシが出て薄味でもいけます。

豚ときゃべつのニンニク塩バター鍋 (2人分)

(材料) 豚バラしゃぶしゃぶ用150~200g・キャベツ1/4玉・ニンニク1片・バター20g
 A: 鶏ガラスープの素のスープ1.5カップ・水1カップ・酒1/2カップ
 塩適量・ブラックペッパー適量・ポン酢適量

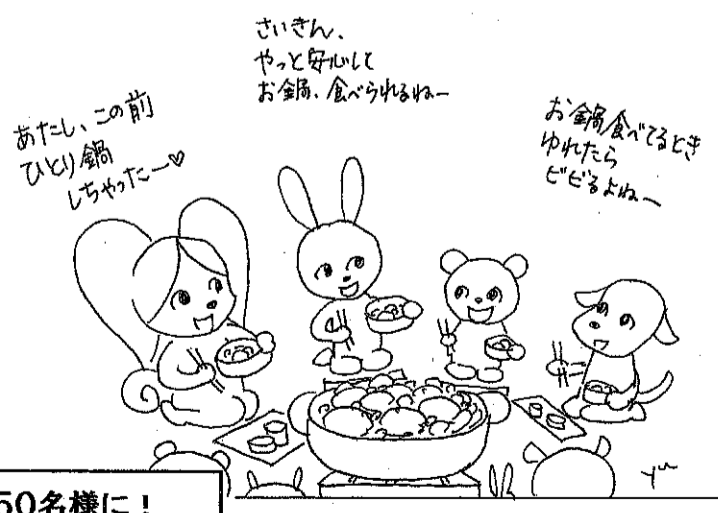
(作り方) ①土鍋にバター半量を溶かし、輪切りにしたニンニクを炒める。
 ②豚バラを炒め、焼き色が付いたらAを加えて煮立たせる
 ③アクをとり、塩・ブラックペッパーで味を整え、食べやすい大きさに切ったキャベツを加え煮る
 ④キャベツが煮えたら残りのバターを入れ、ポン酢でいただく。
 (キャベツは煮過ぎない加減で)

冬場の凍結に注意! 冬場は給湯器等の凍結破損を防ぐために毎日の天気予報をご確認ください!

明日朝は零下!という予報がでたら!

~お湯の蛇口より水を流しっぱなしにする「通水法」~

凍結する危険のある日には、お風呂の(お湯)蛇口より、ほんの少し(1分間に牛乳瓶半分)水を流しておけば、凍結し破損する危険は少なくなります。これは、流れる水は凍りにくいこと、温度が少し高い新しい水が補給される二つの意味で効果があります。
 ※(給湯リモコンが室内にある場合)給湯器の室内リモコンは「切る」にする。
 ※(給湯リモコンが室内にない場合)メーターの元栓を閉める。
 ※空き室・留守にされるときは電気のブレーカーは切らないでください。



ご好評につき延長! **ピアモイスシリーズ化粧品お試しセットを先着50名様に!**

アトピーの方にもおすすめ!

熊本でアトピー性皮膚炎の治療を専門としている「アトピアクリニック」の院長・稲葉葉一先生が研究・開発~商品化したスキンケア用品、ピアモイスシリーズのお試しセットを差し上げます。
 ピアモイスソープ+ピアモイスローション+ピアモイスクリーム(約10日分)

主成分
 ☆サクラン...ステロイドのような抗炎症作用とヒアルロン酸の5倍以上の保湿力
 ☆水素...強力な活性酸素除去作用によるアンチエイジング効果
 ☆銀イオン...抗菌作用による皮膚の雑菌の繁殖を抑える

いよいよお花見の季節です!

今年の冬はこのほか厳しかったので、春が本当に待ち遠しい! 熊本の桜の開花は平年3月末ですが、今年はどうでしょう? 寒かったからこそ、一気に花開くかもしれませんね。開花の時期と雨が重ならないことを祈るばかり。桜の花はもちろんですが、その足元で健気に咲くかわいいたんぽぽの花にも目を留めて下さいね!

3月

春の花、桜

奈良時代には、花といえば梅や萩を指していましたが、平安時代の貴族たちが、桜の花を春の花として歌を詠み愛でていたことから以降、日本では春といえば桜、という意識が強まったようです。

お花見で豊作祈願

お花見は豊作祈願の行事として、農民の間でも行なわれていました。桜は、春になって山からおりてきた田の神様が宿る木とされていたため、桜の咲き方でその年の収穫を占ったり、桜の開花期に種もみをまく準備をしたりしていました。

「サクラ」の語源には諸説ありますが、一説によると「サクラ」の「サ」は田の神様のことを表し、「クラ」は神様の座る場所という意味があり、「サクラ」は田の神様が山から里に降りてくるときに、いったん留まる依代(よりしろ)を表すとされています。また、桜の花が稲の花に見立てられ、その年の収穫を占うことに使われていたため、「サクラ」の代表として桜の木が当てられるようになったという説もあります。豊作を願って、桜のもとで田の神様を迎え、料理や酒でもてなし、人も一緒にいただくことが本来のお花見の意味だったのです。

江戸時代~庶民の楽しみ

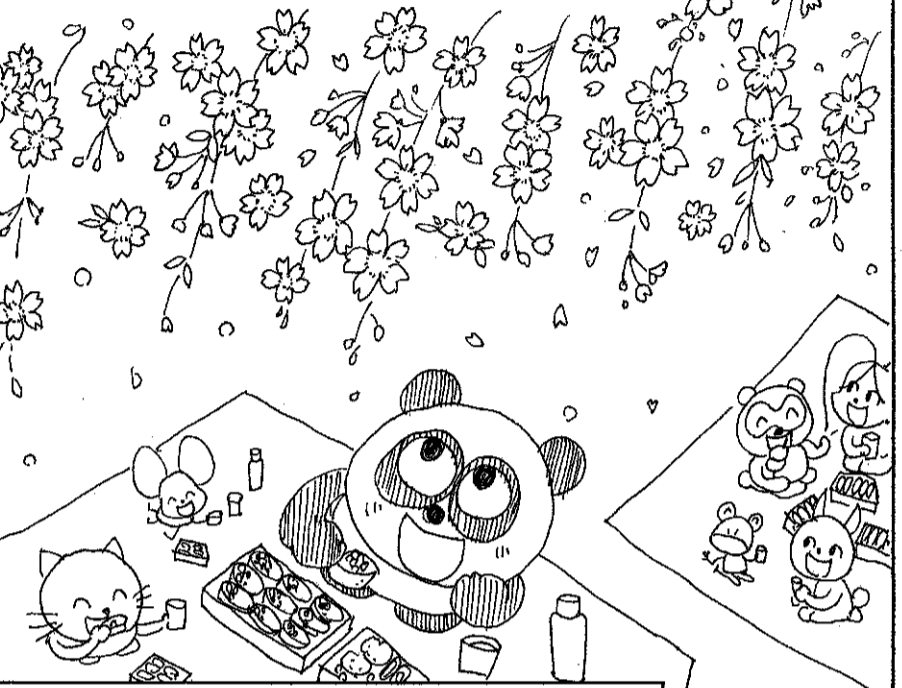
江戸時代になると、春の行楽としてお花見が庶民の間にも広がり、酒を酌み交わすお花見になっていきました。江戸時代は、園芸が盛んになった時代でもあり、桜の品種改良が進んだことで、身近な場所でお花見が楽しめるようになったのです。三代将軍家光が上野や隅田河畔に桜を植え、八代将軍吉宗は飛鳥山を桜の名所にし、花見の場も増えました。これらは今でも東京のお花見の名所になっています。

染井吉野

桜にはたくさんの種類がありますが、日本の桜のおよそ8割を占めるのが「染井吉野」です。桜の代表格ともいえる「染井吉野」は、江戸時代末期に、染井村(現在の豊島区駒込)の植木屋が、「大島桜」と「江戸彼岸桜」を交配して観賞用に作りだしたものです。当初は桜で名高い奈良県吉野にあやかり「吉野桜」という名でしたが、吉野山の山桜と間違えないように「染井吉野」と改名されました。花が大きく香りもよい「大島桜」の華やかさを、花が咲いたあとに葉が出てくるという「江戸彼岸桜」の特徴がより引き立て、この新品種は一躍人気となりました。「染井吉野」は親木の利点を上手く受け継いだ逸品だったのです。

桜にまつわることば

- 【花冷え】桜が咲きほころぶ時期に、暖かくなった気候が一時的に冷え込むことを表す。
- 【花曇り】桜が咲く時期の曇り空のこと。渡り鳥が移動する時期なので、鳥曇りとも言う。
- 【桜流し】春の雨で桜の花びらが落ち、流されていく様。桜を散らしてしまう雨のことも表す。
- 【花筏(はないかだ)】水面に散った花びらが筏のように流れていく様子を言います。
- 【花かがり】夜桜を鑑賞するために焚かがり火のこと。京都・祇園のものが有名です。
- 【花明かり】桜の花が満開で、闇の中でも辺りをほんのりと明るく照らしているように感じられる様子を言います。
- 【桜流し】春の雨で桜の花びらが落ち、流されていく様を言う。また、桜を散らしてしまう雨のことも表す。



お花見弁当に! ~春の華やかになり寿司

油揚げの口を閉じず、そこに飾り付け。華やかで目にもうれしいなり寿司です。

材料(20個分)

油揚げ10枚

■煮汁 だし汁 200ml 砂糖大さじ2・1/2 しょうゆ大さじ2 酒小さじ2 米2合

④合わせ酢 米酢 60cc 砂糖大さじ2 塩小さじ1 ごま油 小さじ2 いりごま白大さじ1

⑤飾り用 卵3個 ハムor桜でんぶ適宜 さやえんどう約30g

①お米は昆布を入れて、2合炊いておく。(少しかために)

②油揚げを半分に切り、中を開いて袋状にしてから熱湯をかけ油抜きをします。(菜箸でコロコロするとはがれやすいです)

③鍋に煮汁の材料を入れて、ひと煮立ちさせてから油揚げをいれ落とし蓋をします。(アルミホイルでもok)

④弱火で汁気がなくなるまで煮ます。途中で上下を入れ替えて全体に味をしみこませます。煮あがったら冷ましておきます。

【飾りの準備】

①卵を溶いて薄焼き卵を4~5枚焼きます。あら熱が取れたら細く切る。

②さやえんどうは茹でて細かく切っておく。

③ハムを型で抜く。桜の花型があれば最高! 人参も可愛い。

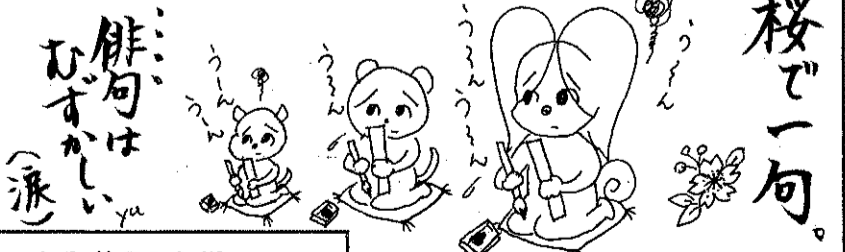
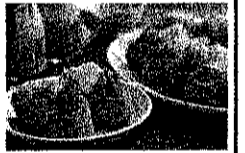
④④の酢飯合わせ酢をボウルに混ぜご飯をいれて、全体を切るように混ぜる。

⑤全体が混ざったら、ごま油といりごまを入れて全体を混ぜる。

⑥煮汁を軽く絞った油揚げに酢飯を詰める。(油揚げの7分目程度)

⑦⑥に、先程準備した卵、ハムor桜でんぶ、さやえんどうをのせたら完成

★そのほか、スモークサーモン、いくら、生ハム、アボカドなど好みの具材で飾り付けをすともっと華やかです! パーティーメニューにも♪



アトピーの方にもおすすめ!

熊本でアトピー性皮膚炎の治療を専門としている「アトピアクリニック」の院長・稲葉葉一先生が研究・開発~商品化したしたスキンケア用品、ピアモイスシリーズのお試しセットを差し上げます。

ピアモイスソープ+ピアモイスローション+ピアモイスクリーム(約10日分)

営業時間内でのお渡しとなっています。月~土(祝日以外)AM9:00~PM6:00

主成分

- ★サクラン...ステロイドのような抗炎症作用とヒアルロン酸の5倍以上の保湿力
- ★水素...強力な活性酸素除去作用によるアンチエイジング効果
- ★銀イオン...抗菌作用による皮膚の雑菌の繁殖を抑える

アトピアクリニック <http://atopia-clinic.jp/>