平成24年9月号

いやしのひととき

千代田日記

～ちよだにっき～

今月のごあいさつ

いまだ暑さが残ります今日この頃、皆様お変わりなくお過ごしのことと存じます。

先日、ワインをいただく機会がありまして、ソムリエのうんちくを聞きながら、楽しくいつもより多く飲んでしまいました。

ソムリエといえば、今はワインだけでなくいろいろあるようです。野菜ソムリエ、だしソムリエ、オリーブのオイルソムリエ、日本茶のソムリエ（茶ムリエ）、星のソムリエ、クラシックのソムリエ、洗濯のソムリエ、温泉ソムリエまであるそうです。最近のスマホブームにのって「アプリソムリエ」まで登場しています。試験を受けて認定をうけるものから単に個人的に名乗っているものまで色々です。

皆様も各方面でソムリエと呼べるほどのトリビアをご存じだと思います。

弊社社員も金のソムリエとお客様から認めて頂けるよう日々研鑽して参ります。

朝夕は涼しくなる季節となります。くれぐれもお体ご自愛ください。

ご存知ですか？

江戸の境界？「本郷」

本郷は文京区南東部に位置する菱形の地区で、中央を南北に本郷通り、東西に春日通りが走る日本屈指の文教地区です。

元々は湯島郷の中に集落が出来た事に由来し、湯島の中心地であった為に湯島本郷と呼ばれていましたが、室町時代から戦国時代に本郷と呼ばれるようになりました。明治から昭和にかけて夏目漱石、坪内逍遥、樋口一葉、二葉亭四迷、正岡子規、宮沢賢治、川端康成、石川啄木など多くの文人が居を構えた所でもあります。

現在の本郷三丁目交差点角の雑貨店「かねやす」は、京都で口中医(歯医者)をしていた初代・兼安祐悦が徳川家康の江戸入府に従い移住してきたのが始まりです。元禄年間に歯磨き粉「乳香散」を製造販売したところ大人気となり小間物店「兼安」を開業、それが現在の「かねやす」です。享保の大火の後、大岡忠相が本郷の「かねやす」以南の江戸城に近い側の建物には土蔵造りを奨励しました。その為当時は「かねやす」が江戸の北限として認識されるようになり、「本郷も　かねやすまでは　江戸の内」という川柳が生まれました。

暮らしの足し算

真空パックのうなぎをおいしく食べるコツ

夏バテ解消の定番といえばうなぎ。今年はうなぎの値段が高騰して、鰻屋さんになかなか足を運べませんね。そこで今回は、真空パックのうなぎをおいしく食べるコツをご紹介します。パックのうなぎも自家製のタレと温め方次第で鰻屋さんの味に近づきますよ。

【材料】しょうゆ・みりん各200cc、砂糖小さじ2、酒適宜、ふた付きのどんぶり

まずは自家製タレを作ります。みりんを2分間煮立てたところにしょうゆと砂糖を加え、さらに2分間煮立てたら出来上がり。これを氷水で冷やしておきます。付属のタレは「ごはん用」にするので、湯せんで温めておきましょう。

次に、うなぎをパックごと2分間湯せんします。さらに、温めたうなぎを取り出して焼きますが、おいしさのポイントは全部で3回焼くこと。

1回目は自家製タレをうなぎの身のほうにだけつけて、身側→皮側の順に焼きます。表面にプツプツと脂が浮いて良い香りがしてきたら焼き上がりの目安。これをあと2回繰り返しますが、2回目と3回目はタレをつけたらあぶる程度にします。仕上げに、焼き上がったうなぎを身のほうだけ日本酒にくぐらせます。

焼きたてのごはんに温めておいた付属のタレをたっぷりかけ、その上にうなぎをのせ（串にさしてあるものは串から抜いて）、すぐに丼のふたをします。これでパックうなぎ独特の生臭さが消え、市販品とは思えないおいしさになります。ぜひお試しあれ。

なごみひとさじ

マイナスをプラスに変える力こそ、私の何よりの財産だと思っています

――樫木裕実（ボディメイクトレーナー）

ダンスエクササイズ「樫木式カーヴィーダンス」で大ブレイクした、ボディメイクトレーナーの樫木裕実さん。身長156㎝、体重48㎏、スリーサイズは84・56・84。49歳とは思えないパーフェクトボディを作ったのがカーヴィーダンスですが、今の樫木さんがあるのはエクササイズだけではないようです。

「私は実は、体は硬いし、体を動かすのも不器用でした。ロンドンのダンス留学時代も、できなさすぎる自分自身に何度もへこみ、恥ずかしい思いもたくさん経験しました。でも、あのときに逃げ出していたら今の自分はありませんでした。続ければこんなにも変われるんだという確信が自信につながり、指導者としても、不器用だったからこそうまく動かせない人の気持ちが分かるので、自分のマイナスがプラスにいかされました。マイナスをプラスに変える力こそ、私の何よりの財産だと思っています」

ダイエットに限りません。大事なのは続けること。続けることが自信につながり、マイナスをプラスに変えていけるのです。

おいしい毎日のススメ

小さな幸せ、感じてますか？

知り合いの女性は、しょっちゅう「幸せだ、幸せだ」とニコニコしています。何がそんなに幸せなのかと聞いてみると、

「字がきれいだとほめられた」

「写真写りが良かった」

「バラを買ったら1本おまけしてもらった」

「髪型がきまった」

確かにどれも嬉しいことですが、満面の笑みで「幸せっ！」と喜ぶほどのことかなと思いました。すると彼女はこう言ったのです。

「私、小さいことに幸せを感じるのが得意なんです」

正直、「やられた」と思いました。自分で「幸せだ」と思えば何でも幸せに感じられるのです。

同じ頃、「最近感じた、小さな幸せ」というランキングを目にしました。ご紹介しましょう。

【1位】「ありがとう」と言われた

【2位】家族や親族との団らんを楽しんだ

【3位】おいしいものを食べた

【4位】夜ぐっすり眠れた

【5位】お買い得な買い物ができた

「小さな幸せ」はモノやお金ではないだろうとは思っていましたが、1位の結果は予想外でした。「ありがとう」のひと言で人は幸せになれるのです。

付き合いが長くなってくると、「言わなくてもわかるでしょ」という気持ちから「ありがとう」を省略することがよくあります。「いちいちお礼を言うなんて水くさい」と言う人もいます。けれど、「ありがとう」はお礼だけに使う言葉ではありません。「ありがとう」は「感謝の気持ち」です。だから言葉にパワーがあり、人のこころに深く響くのでしょう。

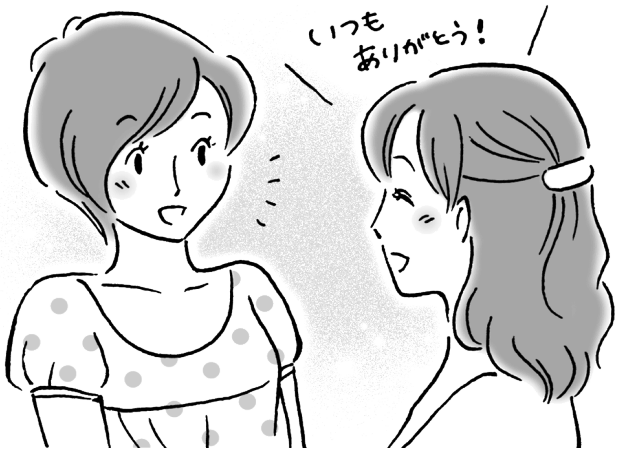
はたと考えました。最近、身近な人に「ありがとう」を言っているだろうか――。家族や友達、仲間たちには幸せでいてほしいと願っています。そのために何ができるかなとも考えたりします。

「ありがとう」

そう言えばよかったのです。そのひと言で相手をちょっとでも幸せにできるなら、どんどん「ありがとう」を言えばよかったのです。

「幸せっ！」を連発する彼女は、「ありがとう」の回数も多いことに今気がつきました。彼女は、小さな幸せを感じることが得意なだけでなく、人にも小さな幸せを与えることが得意だったのです。これまた「やられた」という気持ちです。

今度彼女に会ったら、「ありがとう」と言ってみようかと思います。いつも小さな幸せをありがとう。彼女はきっと満面の笑みで「幸せっ！」と返してくれるでしょう。



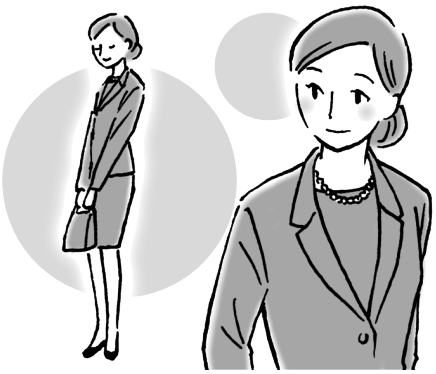
心得の教科書

【「偲ぶ会」には略喪服で】

法要とは、親族が故人を供養して思い出を語らう場です。最近では、縁の多少にかかわらず大勢を募っての「偲ぶ会」が開かれることも多くなりました。親族の場合、一周忌では準喪服を、三周忌以降の法要では略喪服を着用します。偲ぶ会に参列する場合も略喪服が適当でしょう。

和装の略喪服は色無地のきものと黒喪帯です。洋装の場合、黒の略喪服なら肌の露出は極力抑え、スカートは膝丈ぐらい。略喪服はパンツルックでも許されます。バッグや靴も黒で揃え、ダークカラーのコサージュや一連のパールを身につける程度に装います。また、少し離れて黒に見える濃紺などのダークカラーなら許容範囲です。デザイン、バッグ、靴、アクセサリーは黒の略喪服と同じですが、レースのグローブでなるべく肌を隠したほうがよいそうです。

喪服の形も少しずつ変化しています。また、葬儀から偲ぶ会まで故人の遺志を尊重するようになってきました。主催者の希望があればそれに従い、「ジーンズで」「カラフルな平服で」などの指定があれば、やはり潔く従ったほうがいいでしょう。



学び直しの日本語クイズ

文の切れ目はどこ？

文の切れ目が少し変わるだけで、文章全体の意味が大きく違ってしまう場合があります。次の文章はどこで区切るでしょう？

【1】間髪を容れず（かんはつをいれず）　【2】一丁字なく（いっていじなく）

【3】一頭地を抜く（いっとうちをぬく）　【4】一衣帯水（いちいたいすい）

【1】間髪を容れず→「カン、ハツをイれず」髪の毛一本入る隙間さえないという意味から、事が急でゆとりのないさまを表す言葉。「カンハツ」と続けて読むことが多い言葉ですが、正しくは「間、髪を容れず」です。

【2】一丁字なく→「イッテイジなく」と続けて読みます。「一丁字」とは「一字」のこと。字の読めない人を指すときに「目に一丁字もない」などと使います。

【3】一頭地を抜く→「イットウチ　を　ヌく」他の人よりも頭の高さだけ抜き出ている、つまりひときわ優秀であるという意味で使われます。「地」は「一頭」を修飾するおまけのような文字です。

【4】一衣帯水→「イチ、イタイスイ」「衣帯（いたい）」とは「帯」のこと。ひとすじの帯のように幅の狭い川や海、またはそれを隔てて隣り合っていることを「一衣帯水」と言います。「門司と下関は一衣帯水の地である」などと使います。