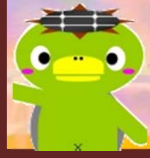


平成30年

そらぷろ通信

10月

第33号



代表取締役 系賢大輔

みなさまこんにちは
一雨ごとに秋が深くなっていくのを感じます。
この間まで暑い暑いと言っていましたが、もう
スタッドレスタイヤのCMが流れています。
今、この季節を一生懸命味わって楽しみましょう

わたしたちは興奮するために生きています
わたしたちが「生きたい」と思えるのは何かに興奮して楽しいと思いたいからで、
身体の中の、ひとつの種類の細胞集団が興奮するとその興奮が別の細胞集団を興奮させる
といった連動から大きな興奮が沸き起こっていき身体全体が興奮して元気になります。
その「興奮」を他の細胞に伝えるのが「ホルモン」です。
どの細胞を興奮させるかはホルモンごとに【厳格】に決まっています
それぞれのホルモンに対して、それぞれの特別な受け手（ホルモン受容体）が存在し、
それぞれ、
性格、食欲、恋愛経験、睡眠の深さ、老化速度、がんの罹りやすさ、寿命など、
私たちの体や心、感情・行動をも全て“支配”し、人生を決定づけているというのですから
驚きです。
ホルモンを上手に働かすという視点を持つだけで、「ホルモン力」を強くしてあげることで、
私たちはいつも活力に溢れ、ご機嫌でいられて、気の合う友人に囲まれ、
食べるものを美味しいと感じ、恋にときめき、
感動し、幸せを感じ、生き生きと生きながら、しかも長生きできる・・・

なんだか自分の体なのに宇宙を感じます。
だけど、残念ながら焼肉のホルモンを食べたからと言ってホルモン力は強くなりません。
本当に残念です。(笑)

日傘の進化？

近年、ハロウインの日には、仮装大会のごとく
様々な仮装をした若者が都会では繁華街が埋め尽く
されると言う光景が繰り広げられています。
このハロウインは、元々は古代ケルト人が秋の
収穫を祝い、悪霊を追い出す行事が起源と言われて
いますがアメリカで子供達が魔女やお化けに仮
装してお菓子をもらうために近隣の家々を回る風
習などとして定着しました。
この子供達の仮装を日本では若者達がエスカ
レートさせて今日の姿を形作りました。
アメリカの子供達が行う魔女やお化けの仮装から
大きくかけ離れた思い思いの仮装姿で街を闊歩す
るまでに進化しました。
日本人は、宗教に関わらず、海外のイベントを
簡単に取り入れ、独自に進化させるのが得意な民
族のようです。お菓子をもらう。仮装をする。お
菓子をあげる。年齢によって楽しみ方がはつきり
くつきり異なりますね

金子みすゞさんの詩

この世界は、廻り廻って「ひとつ」なのだ、
そんなことを思わせてくれる金子みすゞさんの詩を紹介します。

『蜂と神様』

蜂は お花の中に
お花は お庭の中に
お庭は 土塀の中に
土塀は 町の中に
町は 日本の中に
日本は 世界の中に
世界は 神様の中に

さうして さうして 神様は
小ちやな 蜂の中に。

生きとし生けるもの、この世界に在るもの、この世界を創りだ
したものを。廻り廻って、ひとつなのかも知れない。
そんな風に考えるって、ちょっと素敵ですよ



朝露のせいに
なごもる葉が光る
まやらの玉が
その水さしづかに
ヒンにあつめる
その水で
習字を
書いて
みる
字が巧く知らぬ
聞いたもついで

里芋の季節

里芋の独特のぬめりは、血圧やコレステロールを下げる効
果や、ボケを予防する効果があると言われています。全体
的に丸みがあり、傷などがなくずっしりと重く、なるべく
堅いものを選んでください。



焼き里芋のわさびマヨサラダ

- <材料> (2人分)
- 里芋 (中ぐらいのサイズ) ... 4~5個 冷凍ならもう少し多
く。
- 塩 ... 少々
- アマヨネーズ ... 大きじ2ぐらい
- A練りわさび ... 小さじ1/4ほど。好みで。
- A粉末和風だしの素 ... 小さじ1/2ぐらい
- A砂糖 ... ひとつまみ
- あれば刻み葱、黒ゴマなど。刻みのりをトッピング

里芋をレンジでチンして輪切りにしてこんがり焼き
Aを混ぜたわさびマヨネーズで和えるだけ



三種の味が楽しめる「里芋三昧」

- サトイモは塩ゆでしてやわらかくする
- ①たらこ 1/2腹の中身とマヨネーズ 小さじ1/2を
混ぜ合わせる。
 - ②アボカド 1/2個とレモン果汁 小さじ1を一緒に
ペースト状にして、塩・こしょうで味をととのえる。
トッピングはアーモンドダイス。
 - ③卵黄 1個分と白味噌 大きじ1を混ぜ合わせる。
トッピングは青のり。



サトイモコロッケ



サトイモモチ

里芋と桜えびの まん丸焼き

サトイモ汁

◀皮をむくとき手がかゆくならない方法▶

調理前に手を酢に手を付けるなどひと工夫をすることかゆみが軽減出来ます
それ以外には5秒ぐらい熱湯にくぐらせるとかゆみを防げるようになります。
皮をむいて冷凍保存をしておき、使用分だけ取り出すと手のかゆみも最小限
に抑えることが出来るため、お勧めの方法となります。



有限会社 ソーラープロジェクト大社

本社: 〒699-0722 島根県出雲市大社町北荒木1057-4

0120-830-352

お電話受付時間/10:00~20:00・ショールーム営業時間/10:00~17:00・土日祝日も対応/定休日:水曜日