



ユトリエニュース

2020
4月号
NO.101

記念日カレンダー

これ知ってる？

めっちゃ旨レシピ

季節の話題

知っ得？知っ得！

無料税務相談

2020年4月・第101号



記念日カレンダー

4月23日 ～ 地ビールの日

4月23日は「地ビール（クラフトビール）の日」。1999年に日本地ビール協会を中心とする「地ビールの日選考委員会」が公募によって決定した。地ビールとは何か。全国地ビール醸造者協議会では次のように定義している（同協会HPより）。

1. 酒税法改正（1994年4月）以前から造られている大資本の大量生産ビールから独立したビール造りを行っている。
2. 1回の仕込単位（麦汁の製造量）が20kl以下の小規模な仕込みで、ブルワー（醸造者）が目の届く製造を行っている。
3. 伝統的な製法で製造している、あるいは地域の特産品などを原料とした個性あふれるビールを製造している。そして地域に根付いている。

同日が選ばれた理由のひとつに、ドイツで4月23日が「ビールの日」とされていることにある。

1516年4月23日、ドイツのバイエルン侯ヴィルヘルム4世が「ビール純粹令（じゅんすいれい）」を公布。それまで粗悪品が多く売られていたため、ビールの品質を守るため「ビールの原料に大麦、ホップ、水以外を使用してはならない」という法律だ。16世紀半ばには原料に発酵のための「酵母」が加えられた。以来、ドイツでビールの原料は、大麦の麦芽、苦みとともに雑菌の繁殖を防ぐホップ、酵母、水に限られた。現在は非合法化されたものの、ドイツでは純粹令を守ったビールと様々な原料を使ったビールの両者が販売されている。



新型コロナウイルスCOVID-19が世界中に猛威を振るっている。

そんな現状や様々な情報を米国メリーランド州にあるジョンズホプキンス大学（Johns Hopkins University）が、HP（※）に掲載している。

これ知ってる？

アメリカ
ジョンズ・ホプキンス
大学

同大学は、アメリカの最難関大学のひとつで、医学部が有名（他学部も常にランキング上位の名門）。世界最古の公衆衛生大学院や付属のジョンズ・ホプキンス病院とともに、医療分野において大きな貢献をしている。また、創設の1901年から2019年までに、医学を中心とした各分野で39名のノーベル賞受賞者が出ている。

同大学のCOVID-19関連のページには、同大学システム工学科学センターが開発したonline dashboard で感染マップも常に更新されている。感染マップは以下サイトの水色のボタン「Mapping 2019-nCoV」をクリック。世界地図をクリックすると拡大表示される。英語がわからなくても、感染マップで現状がわかる。他にも同大学関連施設のHPにCOVID-19に関する情報が掲載されている。

※ <https://systems.jhu.edu/research/public-health/ncov-model/>

Panasonic Builders Group | パナソニックビルダースグループ

ユトリエホーム

（太田建設株式会社 テクノ事業部）

フリーダイヤル 0120-318-093

ユトリエホーム

検索

メール: techno@yutoriehome.jp

www.yutoriehome.jp

太田建設はZEHビルダーです。



ZEH29B-00279-CTR

【本社】〒277-0861 柏市高田1313-4 TEL.04-7143-0506 FAX.04-7144-3345

めっちゃ旨レシピ

★超時短・鶏とゴボウの唐揚げ★



具材にレンジで予め火を入れているので、衣がカリッとすれば、OK！
コリッ、ジュワァの食感が楽しめます。



《材料》 4人分

鶏もも肉 …… 1枚
ごぼう …… 1本
片栗粉 …… 適量
油（炒め用）
塩・こしょう …… 少々

1. ごぼうは1cmの長さに輪切り、鶏もも肉は3cm大に切る。ごぼうと鶏もも肉をそれぞれをラップに包んでレンジで1、2分程度チンをして、粗熱がとれるまでそのままにする。余熱で火が入るので、ラップは広げない。
2. ビニール袋に上記1と片栗粉を10g入れる。ビニールの口をしっかりと閉めて、まんべんなく片栗粉が付くように袋をシャカシャカとよく振る。
3. 直径の小さなフライパンや鍋に5mm程度になるぐらい油を入れて、中火で少量ずつ転がしながら炒めていく。入れすぎると、具材同士がくっついたり、フライパンの底にくっついたりするので注意！衣が薄いきつね色になったら完成！
4. フライパンから、ペーパーナプキンの上にあけて、塩・こしょうを振る。

★一口メモ★

1. 塩・こしょうに追加してまぶすと、美味しい！
・カレー粉 ・粉山椒
・粉チーズ ・七味 など
2. 塩・こしょうの代わりに、アツアツのごぼうと鶏もも肉を、「醤油10cc+砂糖大さじ2」を混ぜた液にさっと、ひとくぐりさせる（浸すとしんなりするし、味が濃くなる）。これまた違った風味を楽しめます。

季節の話題

旬を食べる ～新ごぼう～

ごぼうは1年に旬が春と冬の2回あります。晩秋から冬にかけてが旬の「旬ごぼう」と春から初夏に出回る「新ごぼう」です。新ごぼうは、秋に植えたものを育ち切らない若いうちの収穫したもので、柔らかく香り高いので、「香りごぼう」などとも言われています。

ごぼうは8割が水分ですが、何と言っても整腸作用の高い食物繊維が豊富。100g当たり6g前後と、野菜の中では上位の含有量を誇ります。さらに食物繊維には水溶性と不溶性があり、「水溶性：不溶性＝1：2」で摂取するのが理想的とされていますが、ごぼうは「1：1.25」の割合で両者が含まれているので、オクラやアボカドと並びとても優秀な食材といえます。

水溶性と不溶性は役割が異なり、水溶性食物繊維は水分を吸収して膨らみ、食べ物が胃の中に留まる時間が長く糖室の吸収に時間がかかるため、「食後の血糖値の上昇をゆるやかにする」という効果があります。一方、水に溶けない不溶性食物繊維は胃壁にぶつかって胃に刺激を与えることで、腸が活発に動き、結果、便秘解消などの効果があります。

厚生労働省の推奨する理想的な食物繊維の1日の摂取量は、男性20g、女性18g。これから初夏まで、新ごぼうは大活躍しそうです。水溶性食物繊維の多い海藻類、こんにゃく、果物、里いも、大麦、不溶性食物繊維の多い玄米、豆類、きのこ類、切り干し大根などを上手に組み合わせて上手に食物繊維を摂取しましょう。

また、水溶性食物繊維を逃さないように、水にさらさず、煮物などは煮汁を飲むような味付けに工夫してみるとよいかもしれません。



知っ得？しっ得！



2020年4月1日、2018年7月に一部改正された健康増進法が、全面施行されました。これにより、望まない受動喫煙を防止するための取り組みは、マナーからルールへと変わります。

簡単に説明すると次のとおりです。義務違反者には罰則が科せられることがあります。

1. 具体的なポイント

- ① 多くの施設での屋内、原則禁煙
- ② 20歳未満の方の喫煙エリアへの立入禁止
- ③ 屋内での喫煙には喫煙室の設置が必須
- ④ 喫煙室には標識掲示が義務化
(右図は一例)



2. 上記1①③の具体的な内容

	① 学校/病院/ 行政機関	② 左記①の施 設以外の場 所	③ 特定事業目 的施設 ※5	④ 既存特定飲 食提供施設 ※6
敷地内不可	○	—	—	—
喫煙専用室 ※1	—	○	—	○
指定たばこ（加熱式た ばこ）専用喫煙室 ※2	—	○	—	○
喫煙目的室 ※3	—	—	○	—
喫煙可能室 ※4	—	—	—	○

- ※1 喫煙専用室：喫煙可能だが、それ以外の飲食を始めとするサービスは不可
- ※2 指定たばこ専用喫煙室：喫煙を加熱式たばこに限定し、飲食等は可能（経過措置）
- ※3 喫煙目的室：喫煙目的施設などの特定事業目的場所は、喫煙目的室を設置可能。ただし、たばこの煙の流出防止にかかる技術的基準に適合した室内空間に限る。また、主食を除く飲食は可能。
(特定事業目的場所：たばこの研究開発に供する場所、演劇等舞台の場所など)
- ※4 喫煙可能室：既存の小規模の飲食店（既存特定飲食提供施設）は、喫煙可能室の設置可能（経過措置）。飲食等も可能。
- ※5 特定事業目的施設：シガーバーやたばこ販売店、公衆喫煙所など「喫煙」をサービスの目的とする喫煙目的施設やたばこの研究開発に供する場所や演劇等の舞台に供する場所
- ※6 既存特定飲食提供施設：2020年4月1日時点で既に存在すること、資本金5,000万円以下、客席面積100㎡以下の3条件を満たした飲食店

ちなみに、電子たばこは、現状、施設管理者の判断に委ねられています。施行が浸透するに従い、喫煙者にとっても非喫煙者にとっても、たばこの関わり方が変わっていきそうですね。

無料税務相談

税のことって、わかり難いからと
ついつい先延ばしにしているませんか？

“税務・保険” 無料相談

★私はこれで、京都に行ってきました★

対策は
万全？

節約って、好きな何かをやめたり、我慢したり、結構努力が必要ですよ。でも、ちょっと生命保険を見直して整理するだけで、簡単

場所：ユトリエホーム 柏モデルルーム

参加費：無料 *随時受付中！

★経験を積んだファイナンシャルプランナー

生命保険を見直す、かしこく使う

生命保険・節税に関するこんな“お悩み”ありませんか？

- 現在加入中の保険内容を良くご存知ですか？
- 意外と知られていない節税に関するお話を伝授します。
- 保険・税金を賢く活用すると家計が楽になるかも？
- そもそも相続税・贈与税のしくみをあまり知らない。
- 親族に資金援助（住宅資金等）をしたいけど、非課税はいくらまで？自分に合った対策を知りたい。

★随時受付中。ご連絡頂き日程をご相談させて頂きます★

無料相談

取手市 K様邸 ～ 内部工事 ～

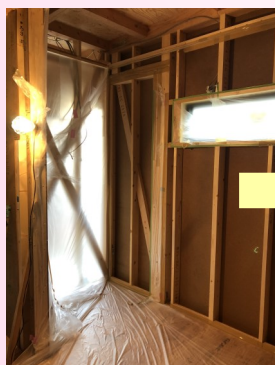
取手市K様邸は、上棟、屋根工事に続き、外壁下地工事、内部工事を平行して行いました。内部は発泡ウレタンの断熱材を壁、天井に充填しました。断熱材を隙間なく、均等に施工することは、断熱性能に大きくかわりますので、丁寧に作業を行います。



屋根工事まで完了



外壁下地ボード設置



白く見えるのが断熱材

みなさま、百花繚乱の春がやってまいりました。いかがお過ごしでしょうか。環境や状況は異なりますし、それぞれに様々な思いでお過ごしのことと思います。

太田建設は、通常どおり営業をしております。3密「密集」「密接」「密閉」の回避やマナーの徹底、除菌などはもとより、最新の注意を払って営業をしております。

住まいはライフライン同様、生活の根幹であるということを肝に銘じて、社員一同、予防の意識を高くもつよう心掛けてまいります。

健康あつての全てです。みなさま、どうぞ、お大事に、お元気で過ごしてください。



代表取締役社長
太田 享