

# ユトリエ ニュース

記念日カレンダー

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

現場報告

2018年3月・第76号



## 記念日カレンダー

2018年3月15日 オリーブの日

1950（昭和25）年3月15日、昭和天皇が香川県小豆島でオリーブの種を撒かれたことにちなんで、「オリーブを守る会」が1972（昭和47）年に制定した。

オリーブといえばヨーロッパのものという印象どおり、世界の生産量はスペイン、ギリシャ、イタリアと続く（日本への輸入量はイタリアが一番）。日本での生産量は、香川県小豆島が9割。

日清、日露戦争で勝ち取った漁場で捕れるイワシを缶詰にしようと考えた日本。缶詰にイワシと一緒に入れる油を輸入品に頼ると採算がとれない。そこで国内でのオリーブ栽培に活路を見いだそうとした政府は、1908（明治41）年にアメリカから入手した苗木で香川、三重、鹿児島 の三県で試験的に栽培を実施した。当時唯一成功した香川県（小豆島）でオリーブ栽培が本格的に始まった。穏やかな地中海性気候が適していたものの、現在オリーブの島として成功するまでには、日本にしか生息しないオリーブアナアキゾウムシの対策をはじめ、農家の方々の試行錯誤や努力があった。1954（昭和29）年香川県の県花・県木に、また、1977（昭和52）年県章に制定され、県章ではオリーブの葉が表現されている。

オリーブは、ヨーロッパでは紀元前3000年頃には風車を使ってオイルを絞っていたとの記述が残っている。また、聖書「ノア方舟」の中で、大洪水の後にオリーブの枝葉をくわえたハトが飛んできたとの一節があり、そして古代ギリシアでは神聖の木とされていたことなどから、古代オリンピック、マラソンなどの優勝者にはオリーブの冠が、さらに国連旗のモチーフなど、オリーブの枝葉は平和の象徴として使われている。



## これ知ってる?

～今月のお題～

### こぼれ梅



1月のまだまだ寒い時季に、蕾を膨らませ、一輪咲かせ、また一輪。そうしていくうちに満開を迎える梅の花。まっさきに春を告げる花のひとつだ。

梅の花に形が似ていることからその名が付いた「こぼれ梅」をご存知だろうか。

どんな花かしら?と興味をもった方、ごめんなさい。今回は花ではなく食べ物のお話。

こぼれ梅は、酒粕のみりん版。みりんは米・米麴・焼酎から作られ、その搾り粕がこぼれ梅だ。先月当紙面で紹介した「酒粕」と「米麴」が健康・美容ブームで注目されているが、こぼれ梅も栄養価が高く、味は甘味があってそのまま食べられほど食べやすい。

たんぱく質のひとつ「レジスタントプロテイン」が腸まで残ってコレステロールなどを一緒に体外に運ぶなど、美容的な効果も期待できるようだ。

ただ、アルコールが含まれているので、お子さん、妊婦さん、運転する人はアルコールを飛ばさないと食べられません。アルコールが大丈夫な人は、こぼれ梅とナッツ、ごま、ドライフルーツ、ココアパウダーなどをお好みで混ぜてぎゅっと固めれば、チョコバーならぬ、「こぼれ梅バー」として大人のおやつになる。一度お試しあれ!

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

# 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

メール: [techno@yutoriehome.jp](mailto:techno@yutoriehome.jp)

[www.yutoriehome.jp](http://www.yutoriehome.jp)

太田建設はZEHビルダーです。



ZEH29B-00279-CTR

桜と桜エビのおこわ

★W桜で食で春を楽しむ★

めちゃ旨レシピ



《材料》 2合分

|         |            |
|---------|------------|
| 桜エビ（乾燥） | ・・・20g     |
| 桜の花の塩漬け | ・・・15g     |
| レンコン    | ・・・80g     |
| もち米     | ・・・2合      |
| 酒       | ・・・大さじ2    |
| 醤油      | ・・・大さじ2    |
| 生姜      | ・・・10g＋薬味分 |

1. 準備

- 桜の花 : 軽く洗って塩を落とし、花びらだけを粗微塵切り
- レンコン: 薄い银杏切り
- 生姜 : 微塵切り
  - ・薬味分は針生姜（極細干切）に

2. もち米と水を入れて炊飯器にセット。

酒、醤油と上記1の桜の花、生姜（微塵切り）を入れて軽くかき混ぜる。レンコン、桜エビを入れる（かき混ぜないで上からのせるだけでよい。）。

3. 炊飯器で炊く。炊き上がったなら具材が全体に均一になるようかきまぜる。お茶碗によそって薬味の針生姜をのせて完成！



★ひとロメモ★

- ・最後にのせる薬味は彩を考えて、ワケギでもOK！
- ・レンコンを筍に替えても美味しいよ。

季節の話題

つくし（土筆）

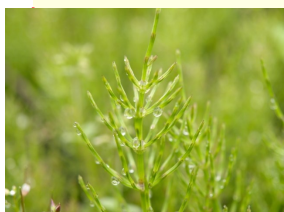
「ふむまいとすみれをよけてつくつくし」 正岡子規



春の季語「つくし」。3月から4月（東北など地域によっては5月）頃に見ることができる。野山、田んぼの畦道、土手、道路の溝の脇などに生えており、子どもの頃、春になると「つくしんぼ」をとって遊んだもの。食卓にのぼる家もあるだろう。

古くは紫式部『源氏物語』第3部48「早蕨（さわらび）」に「蕨、つくづくしをかき籠に入れて」と記述がある。つくしは「つくつくし」「つくづくし」と呼ばれていた。平安時代にも、つくしや蕨が春の旬の食材として楽しまれていたようだ。

つくしはアスパラガスのように、節と三角の袴が付いた1本の茎の頭に、胞子を含んだ穂がついている。つくしの旬が終わる頃になると、針のような葉がたくさんついた「スギナ」が緑鮮やかにどんどん出てくる。つくしとスギナは地下茎でつながっていて、スギナが光合成を、つくしが穂で子孫繁栄の役割を果たすひとつの植物だ。



日本全国で自生しており、野原や道路端の草花に見つけられるかもしれない。桜に加えて、この季節にしか見ることのできない春の楽しみを見つけてみてはいかが？

冷蔵庫に入れたくない食材

知っ得？しっ得！



冷蔵庫がなかったら？そう思うと、素晴らしい魔法の箱ですよ。特にだんだん暖くなるこれからの季節は食べ物が腐りやすくなる季節。冷蔵庫はないと困ります。

でも、意外なことに、何でも冷蔵庫に入れておけば安心！というものでもなく、食材によっては冷蔵庫適さないものがあるってご存知でしたか？

原産地が暑い地域の食材は低温に弱い

野菜や果物は人間と同じように、呼吸をするし、原産地の環境と違えば元気がなくなります。そうすると、食感が悪くなり、栄養価も失われ、腐りやすくなります。美味しく食べて、栄養もとるために、食材を理解することも大切かもしれません。下記はほんの一部。ぜひご自分でも調べてみてください！

■冷蔵庫に適さない野菜

野菜は適温の場所では、呼吸が増えると同時に、「エチレン」という野菜を老化させるホルモンも増えます。多くの野菜は低温でエチレンを増やさないようにして鮮度を保つようにできますが、例外が次の野菜です。

- ・さつまいも・じゃがいも・里芋などのイモ類、カボチャ、なす、きゅうり、ピーマン、生姜、玉葱 など

■冷蔵庫に適さない果物

南国育ちの果物は、温度が低いと「低温障害」を起こし熟成がとまって、風味も糖度も損なわれてしまいます。

- ・バナナ、マンゴー、パイナップル、みかん・オレンジ・レモンなどの柑橘類 など



■要注意！

エチレンガスを多く発生させ一緒に置いてある野菜や果物をダメにしていまう食材があります。

- ・りんご・アボカド・桃・バナナ など



★冷蔵庫に適さない野菜や果物は、日の当たらない風通しのよい涼しいところに置きましょう。

★冷たくして食べるものは、食べる直前に冷蔵庫で冷やしましょう。

※相続税・贈与税の無料相談ご希望の方は、以下項目3. に「相続税・贈与税に関する相談希望」とご記入ください！

お住まいの疑問、お気軽・簡単質問箱！

- どんな小さな疑問も、右のハガキで解決！
- すぐにお答えします。
- 切手不要、切り取ってそのままポストに投函！
- 希望や疑問は百人百様。あなたの求めている方法が見つかるかもしれません。

フリーダイヤル

1. あなたは今お住まいについてご検討中ですか。

- 新築  建替  リフォーム
- その他 ( )
- 土地を探している

2. 資料を

- 希望する。
- \*特にご希望の資料があればご記入ください。( )
- 不要。
- 直接話を聞きたい。
- その他 ( )

3. 聞きたいこと、これって実際どうなの、と思ってることありませんか。小さな疑問から、家のいろいろが見えてきます。

4. ご希望の回答方法

- 氏名 ( )
- メール ( )
- 電話 ( )
- 直接話を聞きたい (○で囲んでください)

• 当社への来訪希望 ・ 営業によるお宅訪問希望 (ご住所: )

きりとり線



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？

無料税務相談

“税務・保険” 無料相談

★私はこれで、京都に行ってきました★  
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、簡単に節約できちゃったりするんです。

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がアドバイスいたします。

対策は  
万全？

無料相談

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いただきます★

流山市 保育園別館 ～ 内部完成 ～

流山市で建築中の保育園の別館。元々経営者の方が住んでいた住まいをリフォームと増築をして、保育園の仕様に大変身しました。増築部分は、基礎工事から始まり、木工事と新築の住まい同様の工程で行います。

内装工事もほぼ終わり、完成に向けて最終的な仕上げに入っていきます。

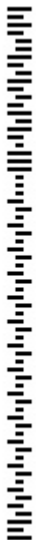
保育園が通常の住まいと一番異なるところ、それはトイレ、洗面をはじめとする幼児が使うもののサイズ感です。

小さくてかわいい！  
見るだけでなごみますね。



★ご予約を頂ければ見学はいつでも可能です。

きりとり線



差出有効期限  
平成30年  
6月14日まで  
(切手不要)

料金受取人払郵便  
柏支店承認  
317

料金受取人払郵便

2  
7  
7  
0  
8  
6  
1

太田建設株式会社

〒113-8501 東京都荒川区西日暮里1-11-1 太田建設株式会社



毎月ユトリエニュースをご覧いただき、ありがとうございます。

急に春がやってきました。既に20度を超える日も出ました。そうかと思えば夜は5度だったり。最近の天気は予想ができません。

そんな気候でも、当社モデルルームの室温は、常に16℃程度を保持して安定しています。なんと空調は入れずに、です！

小さなお子さんのいる方から、シニアまで、世代を問わず、快適さを実感頂けると幸いです。

ご興味のある方はぜひ一度見学にいらしてください。

お待ちしております。

キヨウ線