



# ユトリエニュース

2024  
6月号  
NO.151

記念日カレンダー

これ知ってる?

めちゃ旨レシピ

季節の話題

知っ得?知っ得!

最近の太田建設

2024年6月・第151号

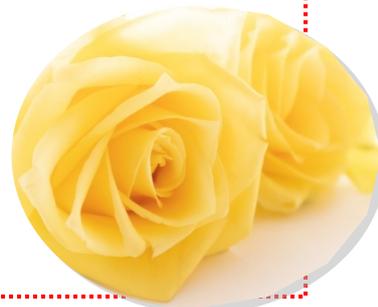


## 記念日カレンダー

6月16日 ~ 父の日 ~

6月第3日曜日、2024年でいうと16日は「父の日」。母の日と同じようにアメリカ発祥で、1900年初めに、南北戦争から復員後、男手一人で6人の子供を育てた父親に感謝をしたい、「母親を称える日があるのなら、父親を称える日があってもいいのではないか」という、一人の女性の嘆願がはじまりといわれています。アメリカでは1972年に国の記念日として正式に制定されました。父親が健在であれば赤いバラを、亡くなっていれば白いバラを贈る習慣があるそうです。

日本では1950年頃にはじまり、デパートなどの商業施設が取り上げたことや、色々な団体がベストファザー賞を授与するといった活動により、1980年頃から浸透しはじめ、今では皆が知るようになりました。日本ファザーズ・デイ委員会（FDC）はベスト・ファザーイエローリボン賞を授与したりという活動を行っているが、「黄色いリボンで贈物を」「父親への感謝の気持ちを黄色いリボンに託して」とイエローリボン活動をしています。その影響か、黄色いバラなど、黄色いものを贈るという方もあるようです。



「ルッキズム」という言葉をご存知だろうか。

これ知ってる?

ルッキズム



見た目を意味する「Looks (ルックス)」と主義を意味する「ism (イズム)」を合わせた言葉。「外見至上主義」とも言われ、人間の価値を「外見」で測る、外見が最も重要とする考え方だ。SNSの普及により、見た目の可愛さに対して「いいね!」が多くつくといったことが影響し、ルッキズムに拍車がかかっている。

元々は1960年代のアメリカで肥満の人に対する差別をなくそうという「ファット・アクセプトランス運動 (Fat acceptance movement)」のなかで、ルッキズムという言葉が使用されたのがはじまりとされる。日本では2022年のユークャン新語・流行語大賞にノミネートされ、ここ数年で認知されるようになった。

“世界中から不平等を減らそう” SDGsの10番目の目標には、年齢、性別、障害、人種、民族、生まれ、宗教、経済状態などによる差別はあってはならないとあり、肌の色などによる差別はルッキズムのひとつである。

まずは「ルッキズムによる“差別”」がなくなるよう、個人で意識するところから始めてみるとよいかも说不定。

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

ユトリエホーム

(太田建設株式会社 テクノ事業部) メール: [techno@yutoriehome.jp](mailto:techno@yutoriehome.jp)

フリーダイヤル **0120-318-093** [www.yutoriehome.jp](http://www.yutoriehome.jp)

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

太田建設はZEHビルダーです。



千葉県誕生  
150周年



チーバくん

めっちゃ旨レシピ

蒸し暑い時に手軽だけど美味しく  
～ 丼だけ! ～



アジのお刺身も合います。ゴマを振っても美味しい。



《材料》 2人分	
炊き立てのご飯	・・・2人分
白味魚の刺身	・・・2人前
スプラウト	・・・お好み (塩もみしたきゅうりや大葉。かいわれ大根などでもよい)
みょうが	・・・3個
白髪ねぎ	・・・適量
梅干し	・・・3個
はちみつ	・・・大さじ1
かつお出汁	・・・大さじ3

1. スプラウト：よく洗って水気を切る。  
みょうが：縦に半分に切ってから斜め切り。  
白髪ねぎ：長ネギの白い部分を繊維に沿って細く切る。
2. 1のみょうがを1つまみの塩（分量外）で揉んで、水分が出たら絞る。
3. 梅干しの種を外し、身を包丁で叩いてペースト状にしたら、器に移し、蜂蜜を入れ、かつお出汁でよく溶きながら混ぜる。
4. 丼ぶりにご飯をよそい、白味魚の刺身を盛り付ける。上に、スプラウトとみょうが、白髪ねぎをたっぷりのせて完成!
5. 食べる時に3の梅干しのタレをかけて、かきまぜながら食べる。醤油（分量外）を追加で数滴たらしても香り良い。

季節の話題

旬の話題 ～ 梅の手しごと～

6月は梅が最盛の季節。5月下旬にまだ小さく青い「小梅」が市場に出て、6月に入ると、大きく成長した「青梅」、熟し始めの黄色い「完熟梅」、柔らかく甘い香りがただよう「超完熟梅」と7月末頃まで続きます。

梅の手しごと、この時季に出回る梅を使った保存食を作ることを行います。年に一度、この季節にしかできない、いわば日本の風物詩です。梅の保存食は、茨城県の「紫錦梅」など、地域独自のものもあります。一般的なものとしては、

- 小梅：5月中下旬／小梅漬け、など
- 青梅：6月上旬／梅酒、梅シロップ、醤油漬け、梅エキス、など
- 完熟梅：6月中下旬／梅干し、
- 超完熟梅：6月下旬・7月／梅ジャム、梅のシロップ煮、など

梅干しには抗酸化作用を抑制するクエン酸が多く、疲労予防、疲労回復に効果があると言われます。また、酸には胃腸内の病原菌を殺菌、繁殖を抑える効果があります。昔からお弁当に梅干しを入れるのは、美味しさだけではない、先人の経験的知恵がありました。



知っ得？しっ得！

食べられるカビと食べられないカビ

世の中には10万種類ともいわれるカビ。真菌と呼ばれる微生物の一群で、「菌糸」と「孢子」からできています。糸のような菌糸は、栄養や水分を吸収して枝分かれしながら伸び、「菌糸体」となります。

食パンに青いカビを発見してぎょっとすることがありますね。青いのは菌糸体が成熟した時にできる孢子の色です。孢子は空気中に放出され、飛び散っていきます。

今、この瞬間にもカビの孢子は私たちの周りを飛んでいます。通常は症状に表れませんが、ただ、空気中の孢子が大量になることで、感染症やアレルギーなどの症状を引き起こす可能性があります。

カビには、有害なものとも有益なものがあります。

有害なカビ

カビ毒はマイコトキシンとも言われ、カビが産生する化学物質をいい、人や家畜の健康に悪影響を及ぼす。加熱されても死なない。マイコトキシンの中でも、アフラトキシンは発がん性物質で特に危険とされ、麦やトウモロコシなどの穀物、ピーナッツなどのナッツ類のほか、セロリにも生息することがわかっている。

カビが生えている部分だけを取り除けば大丈夫？

私たちがカビを目にしたときには、既に食品の中に、目には見えないけれど、カビの菌糸が張り巡らされていて、健康被害を与える可能性がある。柔らかいものより、リンゴのような硬いものの方が菌糸が成長しにくいものの、菌糸は見えないためどこまで成長しているかわからない。

カビを見たら食べない方がよい。

食品だけじゃない、住まいの有害なカビ

住まいの中、例えば、台所やお風呂などの水廻り、日のあたらないジメジメした場所の木材、ハウスタストなどにカビは生息し、カビの臭いや住まいの劣化だけでなく、アトピーや喘息といった健康被害の原因になる。

一方で、人間に有益なカビ、カビを利用した食品も数多くあります。

有益なカビ

みなさんもお存知のとおり、醤油や味噌、清酒やワイン、鰹節、チーズなどはカビを利用した食品。美味しく、また健康的な食品も沢山ある。

また、抗生物質である「ペニシリン」はペニシリウム・クリソゲヌム（元々はアオカビを培養）というカビによって生産している。



カマンベールやブリーなどは白カビ（ペニシリウム・カマンベールティ）を、ゴルゴンゾーラ、ロックフォールなどのブルーチーズは青かび（ペニシリウム・グラークカムまたはペニシリウム・ロックフォルティ）を利用。



味噌、醤油、清酒、鰹節は、コウジカビを利用している。

## 最近の太田建設

太田建設の動向、施工現場の状況などを紹介します。

### 千葉市 N動物病院様

～ 完成 ～

千葉市 N動物病院様の工事が完成しました。動物のイラストの看板ですぐに動物病院とわかります。病院というだけで少し緊張を伴いますが、屋外、屋内共に、一般住宅に近い雰囲気、飼い主の方も動物も、リラックスできる空間になっています。



### Pick Up! 吹き抜け

～ 天井の高さと採光 ～

上記施工例でご紹介させていただいている千葉市N動物病院様の受付。

吹き抜けで天井が高く、さらに高い位置に窓を設けたことで、空から陽が差し込む、明るく開放的な空間になっています。

受付のライトの丸みのある形状と温かみのある色合いは、気持ちが落ち着く感じがします。

いずれも一般住宅、例えば自宅の玄関やリビング、キッチンなどで応用できる設計です。



6月から電気代が上がるとのことで、例年の猛暑を考えると、恐ろしい気がします。燃料費の高騰だけでなく、「電気・ガス価格激変緩和対策事業（激変緩和措置）」の終了の影響で、安定していた電気代が値上がり傾向に入ったためといわれています。

エアコンなどを控えると熱中症が心配ですし、建物の外にいる方だけでなく、外に出ずに家にいる時間が長い方も、くれぐれも熱中症にお気をつけください。

このような状況は暫く続き、値下がりには期待できないとなると、いかに快適なまま節電ができるか、ということになります。

一度、エアコンで家が冷えたら、エアコンを消しても室温が一定時間保てる、室温の上昇をいかに緩やかにするか、ということが理想です。



代表取締役社長  
太田 亨