



●暮らしの歳時記●

この町の子供減りたる地蔵盆

はたのぶこ
畑乃ぶこ

地蔵盆は、8月23・24の地蔵菩薩の縁日に行う会式。各地には、この日に町内のお地蔵様を祭り子供の健やかな成長を願う風習がある。



発行
有限会社イースト

青森県五所川原市大字稲実字開野69-1
TEL:0173-34-9103 FAX:0173-35-0270
http://myhome-east.com/

我が家の基礎知識 暑い夏こそ気をつけたい「住まいの防犯」

今年、マンション内で起きた大事件の犯人が、同じマンションの隣人だったという事件がありました。マンションのオートロックの盲点を突いたような事件でした。ますます物騒な世の中になりそうな日本です。防犯対策に細心の気配りを心がけましょう。



●玄関ドアは、防犯性の高い2ロックに！
最近の玄関ドアは、カギが2箇所にあるダブルロックが主流です。泥棒は、5分以上かかるとうと侵入を諦める確率が急上昇するといえます。まだワンロックのお宅は、出来るだけ早く2重鍵にしておきましょう。既存のアルミサッシも、補助錠を取り付けて防犯効果の高い2重ロックにすることができます。

●表札一つにも、防犯の配慮をわすれずに！
玄関ドアのチェーンは、面倒くさがらずにこまめに使用しましょう。相手を確認しなければチェーンは外さない。これを習慣にしましょう。また、女系家族のお宅だからといって、表札に女性の名前だけを書きつらねるのは無用心です。男手がないのがバレバレです。表札には、姓だけを記入する、ダミーの男性名も記入するなど、実際の年齢や家族構成がわからないようにしておくことが重要です。

猛暑を「からし」パワーで乗り切ろう！

納豆や冷やし中華には「からし」が付き物ですが、通常ワサビやおろしショウガで食べるものを「からし」で食べると、新鮮な味が楽しめ、夏ばて予防にも効果テキメンとか。猛暑の夏、試してみませんか。

◎ナスをからして食べる
人気時代小説に、江戸っ子が「小ぶりのナスの糠漬け」を肴に一杯やるシーンが出てくるのですが、なんとナスの漬物を練りからして食べるのです。江戸っ子は、カツオもショウガと醤油ではなく、からし味噌などでも食べていたらしく、マグロも赤身や中落ちに限っては、ワサビよりからしの方がおいしいという説もあります。



◎実際に試してみると……旨い
からしとの相性を実際に試してみました。カツオは、切り身に少量のからしをのせ、醤油を付けて食べると、赤身の鉄くささが消え、カツオ特有の旨みがしっかりと味わえました。マグロの赤身や中落ちにも意外に合うようです。ナスも、糠漬け、焼きナスにはピッタリ。地方によっては、冷奴や焼き鳥もからして食べるといえます。
夏に、からして食べるのには理由があります。からしの辛味成分には、細菌の発生や増殖を抑え、同時に唾液の分泌を促し、胃の働きを活発にします。さあ、からしの食中毒予防&食欲増進効果で、猛暑の夏を乗り切りましょう。

クルマ以外でも使える「小型ナビ」の楽しみ方

みなさんは、「PND」という商品をご存知ですか。パーソナル・ナビゲーション・デバイスの略で、携帯型ナビゲーションのことです。従来の固定型カーナビゲーションに代わり、車の外へ持ち出してもいろいろ楽しめる役立ちツールとして、ヒット商品となりつつあります。

◆値段が安く気軽に使えるPND
カーナビゲーションといえば、大きな液晶画面を持ち、ダッシュボードにがっちり固定された機械という印象でしたが、PNDは、持ち歩ける小型軽量・低価格な「パーソナルナビ」です。

地図などの情報をICメモリーに記憶することで、小型化・低価格化に成功。自分の手で簡単に取り付け取り外しができるのも魅力です。このPNDが、欧米やアジアでは主流となっており、日本でも、普及に拍車がかかっています。

◆道案内だけでなく散歩やデートにも大活躍
手軽に持ち歩けるので、徒歩での散歩やデートの同伴にもピッタリ。近くのお店情報、季節のイベント情報、エリアの見所情報、口コミ情報などのチェックにも便利。気軽な情報端末としても使えます。



やさしい料理教室

ナスとトマトのチーズ焼き

【作り方】

- ① ナスはヘタを切り落とし、縦に6等分し水にさらす。ピーマン、トマトは食べやすい形に切る。ニンニクは薄切りにする。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、水気を切ったナスを炒める。ニンニクを加えさらに炒め、しんなりしたらピーマン、トマトを加え炒め、醤油を加え混ぜる。
- ③ 耐熱容器に②を入れ、ピザ用チーズを散らし、オーブントースターでチーズが溶けるまで焼く。



材料(2人分)

- ナス……………2本 ●しょうゆ……………大さじ1
- ピーマン、トマト…各1個 ●サラダ油……………小さじ2
- にんにく……………1かけ ●ピザ用チーズ……………50g