

ニイヤだより



株式会社 ニイヤ

TEL042-762-0320

毎度ご利用いただき誠にありがとうございます。

梅雨入り早々、どしゃ降りの長雨が続き、晴れたかと思うと蒸し暑い日々、五月雨や五月晴れなどの梅雨らしい美しい言葉では表わせないようなお天気が続いておりますが、お健やかに過ごしてはいかがでしょうか？このようなお天気に私の体もついて行くのがやっとといった感じです。先月は夏日のような日が続き、運動会の練習をしていた小学生が熱中症で病院に搬送されたというニュースも流れていました。今年は冷夏と言われておりますが、これから夏に向けてさらに暑さが厳しくなってくると思いますので引き続き体調管理には気をつけていきたいものです。

7月(文月)ってどんな月？

7月の和風月名は文月(ふみづき)です。文月という名は、短冊に詩歌をしたため書(文)の上達を祈る七夕行事に由来しているそうです。七夕はご存知の通り7月7日です。この時期の午前1時頃は天頂付近に主要な星が昇り、天の川が見ごろとなるそうです。1年に1度だけ会うことを許された彦星様(わし座のアルタイル)と織姫様(こと座のベガ)を見つけることができるかもしれません。

7月7日 七夕飾り

七夕飾りは、中国の乞巧奠(きっこうでん)というならわしで、七夕の夜に短冊に歌を書いて裁縫の上達を願ったのが由来とされているそうです。日本では江戸時代に入り、幕府が七夕を年間行事に定めたことから、書道の上達を願い、短冊に書いた和歌などを笹竹に飾るようになったそうです。現在では、色紙で飾りや短冊を作り、笹に飾るならわしになっています。また、笹は昔から邪気を祓う効果があるといわれていたため竹を用いるようになったそうです。七夕が終わると、七夕送りといって飾り竹を海や川へ流す習慣があり、この飾りが天の川に到着する頃に願いが叶うと言われていたそうです。また、各地で七夕祭りが行われていますが、湘南ひらつか七夕まつりは、昭和20年7月の大空襲で海軍火薬庫があった平塚市が大打撃を受け、中心市街地の半分以上が焼け野原となってしまう、そんな平塚市の復興と繁栄を願って、昭和26年7月に第1回七夕まつりが開催されることになったそうです。



7月20日から8月7日頃 夏の土用

土用は年4回ありますが、1番重要視されているのが7月20日頃から8月7日頃までの夏の土用です。土用波は高く、暑さも頂点、暑気あたりや虫刺されなどで体に疲れが出やすいため、体調や衛生面に注意が必要なおことから色々な習慣が生まれたそうです。例えば、1年中風邪をひかず、夏病みもしないようこの時期は水浴びをする。強く照りつける日光を利用して衣類や書画などを虫干す。土用の丑の日は、ショウブやサネカズラ、ドクダミ、ヨモギなどをお風呂に入れ丑湯・薬草湯にして入る習慣などがあるそうです。それから、土用丑の日は「う」のつく食べ物を食べるとよいという言い伝えもあるそうです。「う」のつく食べ物の代表格は栄養たっぷりのうなぎ。夏バテ予防に最適で、消化器や呼吸器の粘膜を保護することから、胃もたれや夏風邪にも良いとされています。さらに老化防止にも良いそうです。続いて梅干し。疲労回復、肩こりなどに効果があるほか、菌の繁殖を抑え、腸内の働きを活発にしてくれるそうです。また、酸味が唾液を分泌させるので食欲増進も期待できそうです。うどんも麺の中では消化が良く、疲弊した体や脳に素早くエネルギーを届けてくれるそうです。喉ごしもよいので食欲がない時でも食べられそうです。色々な知恵を上手にとり入れて元気に夏を乗り切りましょう！

7月の行事：山・川・海開き、お中元、暑中お見舞い、祇園祭、あばれ祭、那智の火祭、天神祭、隅田川花火大会など

参考：日本のしきたりがまるごとわかる本

☆LPガス・灯油・風呂釜・キッチン・浴室・お家のリフォーム・水・太陽光パネル☆



お見積り無料。どんなことでもお気軽にお問合わせください。

Niia 株式会社 ニイヤ TEL 042-762-0320





タコライス



材料(2人分)
 ごはん 2人分
 牛豚合びき肉 150g
 にんにく 1片
 玉ねぎ 50g
 人参 30g
 赤パプリカ 1/2個
 チーズ 30g
 レタス(飾り) 適量
 オリーブオイル 大さじ1

調味料A
 塩・こしょう 少々
 ケチャップ 大さじ2
 しょうゆ 大さじ1

簡単サルサソース材料
 トマト 1/2個
 オリーブオイル 少々
 塩 少々
 (タバスコ、玉ねぎみじん切りはお好みで入れて下さい。)

作り方

- ①にんにく、玉ねぎ、人参をみじん切りにします。赤パプリカ、チーズ、トマトは7~8mmの角切りにします。
- ②サルサソースの材料を小さめの器に入れ、混ぜ合わせ、お好みでタバスコ、玉ねぎのみじん切りを加えます。
- ③フライパンにオリーブオイルとにんにくのみじん切りを入れ、火をつけ(中火)、にんにくの香りが出てきたら、玉ねぎ、人参、ひき肉を炒めます。
- ④お肉に火が通ったら、赤パプリカと調味料Aを加え軽く炒めます。
- ⑤お皿にレタスを飾り、ごはんを盛り、④をのせ、サルサソースをかけ、チーズを散らしたら出来上がりです。



ヨーロッパでは「トマトが赤くなると医者が青くなる」ということわざがあるほど、栄養たっぷりのトマトの赤い色はリコピンという成分で、がんや動脈硬化、老化を予防する効果が高いことが分っており、他にも発がん予防に有効とされるビタミンCや、整腸作用のあるペクチン、血圧を下げるカリウム、ルチンや脂肪の代謝を助けるビタミンB6なども含まれているそうです。

「やっぱりガスだね!キャンペーン」スタート!

本日~平成26年9月30日まで

災害に強く、安全で環境に優しい クリーンなエネルギー! LPガス!

人類は火を囲んで進化を遂げてきました。火は温もりを与え、病気から身を守るのを助け、ともに暖を取り、人と人とのコミュニケーションの場を提供してきました。火があることで、自然に意識が向かったり、幻想的な美しさを感じたり、思い出が蘇ったり、心を揺さぶられたり、火の光(色)、暖かさ、音、匂いを自分の体で感じることの素晴らしさ...その火が今失われようとしています。火加減をみながら、鍋を動かし、感覚を研ぎ澄まし、食べた人の笑顔を思い浮かべながら、思いを込めて行う調理しか得られないもの。これからも家庭の中でいつまでも火を使い続けてほしいと願いを込めて...♥
『やっぱりガスだね!キャンペーン』スタートしました。

毎日のお料理をもっと楽しく 安心を届ける Siセンサーコンロ



ガラストップコンロお買上げでもれなく

安心5年

保障 +

炊飯鍋プレゼント

※チラシの掲載金額は工事費及び税金は含まれておりません。詳しくはお問い合わせください。

7月検針分より

検針伝票・コンビニエンス払込票・請求書変更のお知らせ

コンピューターシステムのリース期間満了に伴い、システム入れ替えのため来月より検針伝票・コンビニエンス払込票・請求書の用紙が変わりますのでよろしくお願い申し上げます。ご不明な点等ございましたら弊社までお問い合わせください。

株式会社 ニイヤ TEL 042-762-0320

第8回「いつもありがとう」作文コンクール 作品募集中

言葉では言えない家族への感謝の気持ちを作文に書いてみよう(締切H26年9月10日必着)
 小学校の夏休みの自由課題の1つにも選ばれています。是非、この機会に大切な家族へ気持ちを伝えてみてはいかがでしょうか? 応募方法等詳しくは別紙にて。

