



アミゼのミズバショウ

# 自動家電が当たり前前の時代に

自宅で簡単なおいしい料理が、自動で作ることができてしまう「自動調理家電」の人氣が高まっています。

## 【自動調理家電のメリット】

まず「手軽さ」が挙げられます。材料さえ入れておけば、後は家電にお任せです。主婦のみなさんにとって、主婦のようなアイテムです。は神のようなアイテムですね。

今までの料理と言えば、食材を切って鍋に入れて、火にかけて、そのまま付きっきりで火加減や味を見ながら仕上げる、自動調理家電の場合この時間のかかる過程がありません。

家電が調理している間に他のこともできますし、趣味や

実益の時間に充てることもできるのです。食材をカットして調味料と一緒に家電の中にセットし、調理スタートのスイッチを入れる。たったこれだけの操作で、あとは家電が自動で加熱して攪拌や蒸らしなどを行い、こちらが望む時間にちゃんと料理を仕上げてください。料理が苦手な人も、レシピに沿って材料を切っ

切っ入れておくだけで、美味しい料理が作れます。

## 【料理のできあがり早い】

自動調理家電を使うことにより、普段よりも調理時間が短縮できる場合もあります。例えば、圧力調理ができる自動圧力鍋や、火力の強い高機能オーブントースターなど

は、効率よく熱を加えて調理をすることができ、料理の出来上がりまでの時間が確実に早くなります。

調理の手順が簡単かつ、出来上がりが早い「時短」料理ができるのは、非常にありがたいのではないのでしょうか。

また、効率よく火力を加えるため、光熱費が節約でき、家計にも優しいメリットもあります。

## 【最新の自動調理家電】

自動調理家電の「ヘルシオ」は、自動で肉のあぶり焼きを作ることができます。肉をあぶるといって絶妙な火加減調整を、すべてオープンレンジが自動でやってくれる優れ

ものです。

特に人気を集めている「ヘルシオホットクック」シリーズでは、無水調理もできるとにかく簡単なおいしいおかずが作れます。さらに「ませ技ユニット」を使えば、調理中に具材を自動でかき混ぜてくれるので、むらなく味が染み渡る煮物や炒め物がおいしくできます。



# わが家のペット自慢 189回 ウチの子みて

飼い主 郡司 様  
住所 滝根町



名前 ロンちゃん  
種類 ミニチュアダック  
性別 女の子  
年齢 10歳  
性格 穏やか  
ひとこと  
「寝るのが好きな  
おぼあちゃん」

名前 シャーくん  
種類 ミックス  
性別 男の子  
年齢 3歳  
性格 男の中の男  
ひとこと  
「気まぐれな  
迷いネコです」

みなさまの可愛いペットの紹介をしています。

載せてみたい方は、弊社のスタッフまたは、メールにて写真と紹介項目を書いて応募ください。

メールアドレス info@amuse-ami.net

## ペット豆知識

猫と暮らしていると愛猫にすりすりされたり、頭突きをされた経験はありませんか？とても可愛いしぐさで至福の時ですが、実は甘える以外にも重要な役割を果たしています。

- 自分の匂いを付けて安心したい。飼い主へのすりすりが一番多いと思われる理由がマーキングと呼ばれる匂い付けです。飼い主が外から帰って来たときやお風呂から上がったとき猫がすり寄ってくるのは、外から持ち込まれた匂いやボディソープやシャンプーなどの匂いで落ち着かなくなり、一生懸命自分の匂いを着けようとするためです。
- 飼い主への信頼。猫のすりすりや頭突きは飼い主への信頼の現れでもあります。
- 飼い主への挨拶代わり。朝起きたり、猫とすれ違っ

## 猫がすり寄る理由は？

たときに軽くすり寄ってくる時は「やあ、おはよう」とか「調子はどう？」など軽いコミュニケーションの意味合いが多いようです。

- 飼い主への要求。猫は飼い主への要求のためにすり寄って来こともあります。この場合は自分のして欲しいことに気づいて貰いたくて鳴きながら何度もすり寄ってきます。
- 怒った飼い主をなだめようとする。猫が悪さをした際に飼い主が叱ったり、怒ったりした際に猫が自分にすり寄ってきた経験はないでしょうか？怒っているときにすり寄ってくる猫の心理は「どうしてそんなに大きな声だすの？」ぐらいの気持ちしか無いため、猫は何度も同じ過ちを繰り返します。猫がすり寄る行為はただ甘えるだけではなく、様々な意味を持っているんですね。

# 暮らしのヒント! 私たちの毎日の生活から!

## かんたんレシピ

### タケノコと豚バラの木の芽炒め

春らしいタケノコをメインにした炒め物のレシピです。アクセントになるのは木の芽。木の芽は香りがよく、ほのかにスパイシーさもあって香辛料としても重宝します。

旬のタケノコと相性がいいのが脂の美味しい豚バラ肉です。タケノコと豚肉の油は相性が抜群ですよ。そのまま食べても美味しいおかずですし、炊き立てのご飯ともよく合いますのでお試しください。

①タケノコは一口大の薄切りにする。下処理が必要な場合、タケノコがかぶるくらいの水を入れ、ぬか、赤唐辛子を加えて強火にかける。弱火で1時間ほど茹でておく。

②豚バラ肉は2〜3cmの長さに切り、「下味」の醤油をまぶす。豚バラ肉は焼く直前に片栗粉をまぶす。茶こしなどを使ってできるだけま

- んべんなくまぶすこと。
- ③フライパンに油を入れて強火でしっかりと熱し、豚バラ肉を加えて炒める。豚バラ肉を加え入れたらあまり動かさず、焦げ目をつけるようにして炒めてもよい。
- ④フライパンにタケノコを加えて炒め、油がまわった

ら「調味料」の醤油、味醂、紹興酒（清酒でもよい）、砂糖（黒砂糖やキビ砂糖でもよい）を加えて炒める。⑤木の芽の半量を入れ、混ぜ合わせる。味を見て足りなければ塩で調味する。

⑥器に盛り付け、木の芽の半量のをせたら完成。粉山椒や一味唐辛子もよく合う。

【ポイントメモ】調味料の量は好みに合わせて調整してください。



## 材料



【4人分】

材料		調味料						
タケノコ (ボイル済) ... 300g	[	調	味	料	]			
豚バラ肉 ... 120g	醬	油	...	大	さ	じ	3	
木の芽 ... ひとつかみ	味	醂	...	大	さ	じ	2	
片栗粉 ... 少々	紹	興	酒	...	大	さ	じ	1
油 ... 大さじ1	砂	糖	...	小	さ	じ	1	
[下味] 醤油、酒 ... 少々	*	*	*	*	*	*	*	

## 家事の知恵

### テフロン加工を長持ちさせよう

焦げ付きが少なく、油を使う量も少量で済むテフロン加工のフライパンは、家庭には必須のアイテムではないでしょうか。

しかし、テフロン加工のフライパンでも、使用上の注意を守らずに使うと長持ちしないことがあるので、注意しましょう。

ちなみに、「空焼き」や「空炊き」は絶対にしてはいけません。フライパンに使われているフッ素樹脂のコーティングは、高温に弱い性質があるため、空炊きするとコーティングが剥がれやすくなるからです。

そのため、テフロン加工のフライパンを使うときは、中火程度の火加減で使用することや、火にかける前に調理油を入れることでフライパンそのものを保護することで長持ち度

かなりアップします。調理時の他の調理用具にも注意しましょう。



## 暮らしの雑学

### 生命保険を払分のポイントで活用しよう

自分に何かあったときに家族が安心して暮らすことができるように「生命保険」に加入している人も多いと思います。

この生命保険料、比較的高額の費用を長期間にわたり支払うのに、ただ支払うだけというのはもったいないと思いませんか。クレジットカード経由で支払うと、当然その支払いに対してクレジットカードのポイントが付与されます。月当りで見ればそんなに大きなポイントではないかもしれませんが、長期間ずっと保険料を支払い続けるのですから、何百万円分かのポイントをゲットできるチャンスを、みすみす逃していると思いませんか。

また、カードのポイントが貯まるだけでなく、支払目をまとめられることで支出管理が楽になることもありますから、ぜひ生命保険料のクレジットカード支払いを始めてみてはいかがでしょうか。



昨年のW杯での日本の大金星、東京五輪のメダルラッシュ。記憶に新しい、世界一になり日本中が感動したWBCに、8月には沖縄でバスケットボールのW杯、9月にはラグビーのW杯と、近年スポーツが大変盛り上がっています。

中でもラグビーやバスケは日本はあまり強いというイメージはありませんでしたが、近年の活躍をみていると世界にも引けを取らない強さで躍進しているように

感じます。

ルールに詳しくなくても試合を見ているだけで、わくわくドキドキできるのもスポーツの良い所です。

今まではコロナウイルスの影響で観客数や声出し応援を制限していたようですが、それもだいぶ緩和されそうです。ぜひ大歓声の中、選手達には勝利を目指して頑張ってもらいたいです。

私もテレビの前で全力で応援したいと思います！

# 露天風呂探訪

社長の湯・遊ごんまい

## 第184回

秋田県大仙市

岩倉温泉



今年も、例年より春が早く雪解けが早いのか秋田道に入ってから雪は道路わきも山々にもほとんど見られなかったが、岩手県から秋田県と県境を越えるころからは、道路わきも、山々もまだまだ雪が残っていて、景色に変化があり、雪国の空気と白と黒の世界がしばらく続く。

大曲ICを降りるころは、雪もなく、快適に予定通りに到着することが出来た。

川沿いに佇む一軒宿。古い建物で重厚な造りですが、清掃の行き届いた接客も感じのいい和風の宿である。部屋数は7部屋とこぢんまりとした旅館である。

夏には蛍も飛び交う自然豊かなところだと言う。

湯船はタイル張り、古さを感じるレトロ調、何の変哲もない5〜6人程度の大きさで、温泉はやや熱めの42〜43℃位である。無色透明で少し塩分を含むようである。

すぐ横を流れる川の音を聴きながらゆったりと過ごすのは癒しのひとときである。

食事は部屋食かと思っていたら、別室に設けたテーブル席でお座りの苦手な私には有難い。

山菜、秋田県の郷土料理などが中心で、精進料理のようであるが、品数も多く心がこもっている感じがする。日頃カローリーオーバーで食べ過ぎている私にはちょうど良い感じである。

深い眠りの湯というキャッチコピーもあるが、本当にぐっすり眠れた夜であった。

清算をして帰り際、全国旅行支援のポイント券が頂けるのだが、スマホに移さないと利用出来ないという。

1Tとかスマホは得意でないと言ったら、宿の女将さんが、必死になって私のスマホにポイントを移す作業をしてくれた。どうやら女将さんもスマホはあんまり得意ではないらしい。その一所懸命の厚意も私にとって心に残る岩倉温泉の湯・遊三昧となった。

1TとかA1とかデジタル化が、どんどん進むにつれ、私を含めてデジタル難民は、かえって生活の不便を感じるこ

の頃である。

今回の全国旅行支援制度は、何とも不便な一つの制度である。

翌日は、横手市〜湯沢市〜新庄市〜天童市〜米沢市の国道13号線ルートをたどり、米沢市の大きな道の駅により、日ごろ食べられない、本場の米沢牛を味わい、復興道路として今でも無料で利用できる米沢道路を利用し帰途に着いた。



秋田県大仙市南外湯元1  
好感度 ★★★★★  
TEL 0187-74-2345

# 健康そうだん室



## サル痘 不衛生な行為を控えるところから始めよう

つい最近降ってわいたように世界中で感染が確認され、新型コロナウイルスと同じように取り上げられ、コロナとサル痘のダブル感染までまことしやかに疑われるようになっていました。では、サル痘とはどのような病気なのでしょうか。

### ●サル痘の症状

サル痘ウイルスに感染することによって、発熱、発疹などさまざまな症状が現れる感染症の一種です。

実際に感染するケースとしては、ウイルスに感染している動物に咬まれたり、その動物の体液や発疹に触れたりして、感染が拡大するのが一般的です。

特にアフリカ各地でサル痘患者の増加が見られ、そこに渡航していたヨーロッパ在住者などが祖国にサル痘を持ち込み、世界各地でサル痘の感染事例が見られるようになりました。

### ●感染するとどうなる？

サル痘ウイルスに感染しても、直後にすぐ発症することはありません。5日～21日程度は潜伏期間があり、その間は一切自覚症状がなく時間だけが経過します。

そして、潜伏期間を過ぎると、発熱や頭痛、リンパ節の腫れ、筋肉痛などが数日間起こり、その後に皮膚や口腔内、陰部の粘膜、結膜、角膜などに発疹が現れます。

### ●サル痘ウイルスは誰が持っている？

サル痘は、ウイルスに感染することによって生じますが、サル痘ウイルスを持った動物と接触さえしなければ、日常生活において感染する可能性は極めて低いものです。サル痘ウイルスを持っている動物としては、サル痘が流行している地域に生息するネズミやリスなどのげっ歯類や、その病名にもあるように「サル」が挙げられます。

## ビューティー サロン

①毛穴がつまる

表皮

②  
皮脂が  
たまる

③  
菌の増加

皮脂線

皮脂

毛根

④  
炎症が  
おきる

## ニキビの原因とスキンケアポイント

皮脂分泌が多い肌質に起こりやすいトラブルであるニキビ。その原因は、毛穴の出口の角質が厚くなり、毛穴をふさいでしまうことです。その毛穴に皮脂が詰まり、それを好むアクネ菌が増えることでニキビになります。それに加え、ストレスや不規則な生活、睡眠不足などによる体内バランスの乱れや免疫力の低下なども影響します。スキンケアのポイントは主に3つ。皮脂詰まりを防ぐための洗顔、お肌のバリア機能を高めるための保湿、ターンオーバーの乱れを正常にすることです。ニキビが炎症している場合は、触ったりつぶしたりなどの刺激を与えないように注意しましょう。赤み、ニキビ跡にはビタミンC誘導体を配合した化粧品がおすすめです。



# アミゼ・アミ編集部日記

## 社長歳時記

### 『例年より早い春』

全国的に桜前線が駆け足で北上しています。

観測史上一番早いという地域も多々あるようです。

私の住む小野町も『夏井千本桜』で有名になっていますが、例年より2週間は早く咲きそうです。

何ととっても春の象徴でもある『桜』は、私たちの心も豊かにしてくれます。

三春町の推定樹齢1000年超の国の天然記念物の『滝桜』は超有名で訪れたかたも多いことでしょう。

最近では最盛期には混雑でなかなかたどり着くのが大変な状況のようです。

私も滝桜の流れを組む苗木を20年前に地域の方より譲り受け、アミゼの敷地に植えてあります。

早く咲かせたくて大きな苗木を植えることにしました。4トン車に1本しか運べず苦労して5回、交通量の少ない朝方に運んだのが思い出されます。

その桜を含めて18本ほどが、太いものは直径40位になり、自生していたヤマザクラも賑わいを見せて大分見られる樹勢になってきました。

また、今回表紙に載せた『ミスバシヨウ』を始め、クマガイソウも群生化し、にぎやかになりました。お近くで関心のある方は、遊びがてら見に来て下さい。皆様のご健康を祈ります。

根本保雄



「医食同源」

ハウスクエア部 駒木根美智子

かかりつけの病院の診察室の前に、医食同源という札が掛かっていました。

医食同源とは、医薬品も食物も共に人間の生命を養い、健康を保つうえで欠くことが出来ないもので、その源は同じという意味でした。

健康を保つには栄養バランスの良い物を定期的に摂ることで免疫力が高まり健康が保たれます。炭水化物やタンパク質など栄養バランスを考えて食べると良いと思います。

一日三食を決まった時間に食べることで、体のリズムが整います。しかし「病は気から」という言葉がある様に、いくら体に良い物を気を付けて食べても、心が暗くなると体に影響が出てくることもある様です。

心も体も健康で過ごすことで、毎日がイキイキと仕事にも集中できると思います。

これからも、心身共に健康で働いていきたいと思っています。



- ・会社名 株式会社 アミゼ
- ・営業内容
  - ◆リースキン事業部
  - ◆ハウスクエア事業部
  - ◆不用品整理・遺品整理事業部
  - ◆一般・産業廃棄物収集運搬処理事業部
  - ◆通信販売事業部 ◆リユースショップ「なんだかんだ」
- ・会社の場所 本社 〒963-3314 福島県田村郡小野町大字塩庭字大六18  
営業地域 福島県全域  
郡山・いわき・福島・会津・白河
- ・連絡先 全店共通 Tel 0120-37-5472 Fax 0247-72-5472

ホームページ

アミゼ

検索



今月も読んでくれて  
ありがとう。  
来月も一生懸命作ります。  
お楽しみに！

