

# 健工かぞく便り

第145号

2019.3

弥生・March



これにちは。まだ少し寒い日もありますが、お店で春らしいパステルカラーの洋服やスカーフを見ると気持ちもウキウキしてきます。さて、今日は完成見学会を開催いたします。エアサイクルの家にご興味のある方や二世帯住宅をご検討中の方は是非この機会にご見学ください。

ろくぶんの  
ろく

3/13はサンドイッチの日

「サンドイッチ」について語ろう



井川

セブンイレブンのシャキシャキレタスサンドが19.9gで糖質が少ないです。食べるならコレ。



小坂

昔ながらの薄いハムだけが入った四角いサンドイッチが好きです。たまにコンビニで買います。



金岩

いろいろな種類がありますが、昔のハムだけのサンドイッチが一番！



三谷

2年ほど前ホットサンドにすごくハマっていてアレコレ好きな具材を挟んでよく作っていました。半熟の目玉焼きとチーズが最高です。



平木

ベーグルサンドが好きです。サーモン&アボカド&クリームチーズとか最高です。



中嶋

卵サンドが一番好きです。最近流行りのフルーツサンドも大好きです。



「データ」と「ランキング」で見る  
愛媛県って、こんなとこ！

## 基本データ

県庁所在地：松山市

人口：約 135 万人(2018)

金沢市から約 465.5 km

## 郷土料理・B級グルメ

- 今治  
焼き鳥  
串に刺さすに鉄板の上でコテで押さえつけながら焼くスタイル

- さつま汁  
タイやアジなどの焼いた魚の身をほぐし、麦みそとだし汁を合わせたもの（ご飯にかけて食べる）

- タオルの出荷額1位 (2015年/249億円)
- いよがんの生産量1位 (2015年/33,193トン)
- 真鯛の養殖量1位 (2016年/38,565トン)
- 航空運賃の支出金額1位 (2016年/18,065円)
- 高校女子テニス部員の数1位 (2017年/女子高校生100人あたり6.69人)
- 美容室1店舗あたりの美容師の数47位 (2016年/1.40人)
- 校内暴力発生件数47位 (2016年/総数78件: 小中高生千人あたり0.56人)

## マヨネーズとポテトサラダ

3/1はマヨネーズの日です。マヨネーズの発祥の地は地中海に浮かぶ小さな島、メノルカ島(スペイン)といわれています。この島の港町マオンの料理屋で肉に添えられていたソースが、マヨネーズの起源説として最も有力とされており、このマオンのソースがまず1910年代に欧米へと広がってきました。日本では、キューピー(株)の創始者がアメリカ留学中にマヨネーズと出会い、その美味しさと栄養価の高さに魅了され大正14年に日本初のマヨネーズを製造・販売したのが始まりです。発売当時は今の価格で1,700円弱もある高級品でしたが、戦後には価格も下がり、また食の洋食化に合わせマヨネーズは家庭の定番調味料のひとつとなりました。マヨネーズを使った料理は色々とありますし、中でも

ポテトサラダは家庭はもちろん、定食のつけあわせや居酒屋のメニューとしても、とても人気のある料理です。このポテトサラダはロシアで150年以上の歴史を持つ「オリヴィエ・サラダ」が原型といわれています。じゃがいもと鶏肉、ゆで卵や人参などの野菜をマヨネーズであえた料理で、ロシアでは新年やお祝いの日に食べられています。ポテトサラダは入れる具材で様々なアレンジができる料理ですが、使用するじゃがいもの品種によっても食感に違いが出ます。

男爵イモ	ポテトサラダにすると ホクホク	でんぶん質が多く、特に関東以北で人気
メーキン	ポテトサラダにすると なめらか	やや粘質で特に関西で人気 糖分が高く甘みが強い
ニシユタカ	ポテトサラダにすると なめらか	九州から出荷される「新じゃが」の大部分はこの品種
キタアカリ	ポテトサラダにすると ホクホク	ビタミンCが男爵イモの約1.5倍。甘く果肉が黄色い

じゃがいもの漬け加減や具材・味付けを変えていつも違うポテトサラダを楽しんでみてはいかがですか。

「エアサイクルの家」&「上下完全分離型二世帯住宅」

予約制

金沢市花里町

# 完成見学会

3/30(土) 10:00 ~15:00

大変恐れ入りますが、見学はご予約制となりますので  
ご希望の方は、242-3910までご連絡ください  
(ご予約の方に場所の詳細をお伝えさせていただきます)



是非この機会にご見学ください

## エアサイクルの家とは

床下から壁・小屋裏までの空間を連続させて空気の道筋を作り、  
自然のエネルギー(日射、温度、通風、地熱)を活かした家です。  
日本独自の湿気も考えて春夏秋冬、そして  
梅雨を快適に過ごせる健康住宅です



前記のY宅で行つた「M社会教育講習会における予備講演会」では、講演者の背後に「最高道徳の概観表」と書かれた半畳ほどの紙が五枚ほど吊り下げられていた。そこには初めて目にする事柄が記されており「●道徳の種類に「普通道徳」「最高道徳の二通りを有する」と書かれてあつたのが印象に残つた。道徳に最高があるとすると、最低または不道徳はないのかなと思うたりした。

講演者の方はお話を終わりに、「皆さん今晩はお忙しい中お疲れの身をお集まりいただき、また熱心に傾聴くださり誠にありがとうございました。これからお互いこの学問を学びながら、家業職務や家庭を営んでいかれますと、安心、平和で幸福な人生を更に発展させていかれます。来る〇月〇日から商工会議所で同講習会が開かれますので、今晚を縁に是非ご参加くださいませ。お待ち申し上げております。今晩は誠にありがとうございます。」と結ばれ終了となつた。「先輩であるYさん(五十代)から帰りしなに「よく頑張つてたくさんお誘いしましたね。ご苦労さん。講習会にも今日の方々をお誘いして下さいね」と、パンフレットを二、三十枚手渡された。そのパンフレットには、聴講料二千円と書かれてありました。次回は有料とあって自分一人なら参加は容易いが、今日は方々に再びお誘いでではなく、お願ひに回らなくてはならない次第となり、これはまた一仕事だなと現実の家業がだんだん遠くへ行つてしまふような感じであった。

結局、講習会には兄弟二名と従業員五名、取引先四名ほどの参加だったと記憶している。

講習会当日、会場に着いたのは始まるギリギリの時間で、会場はほぼ満席の状態であった。会場係の方の指示に従い後ろの空いている席に座つた。後にこの日は二百八十名余りの参加であったと聞いた。当日はゆっくりしっかりと傾聴しようと思っていたが、大勢の聴講参加者がいる会場の場合は、一番前か二、三列目に座るのが理想だと分かった。遠くで聞いていると、前の大勢の方の頭越しでは話も遙か遠くに感じられ、講演者の表情も分からず、話も遙か遠くに感じられたが、大勢の聴講参加者がいる会場の場合は、良き話や重要な事柄も頭に入らないと痛感した。以後大きな集会場の場合

## みゆ耀令の Happy 誕生日月占い

♪♪♪ あなたの3月の運勢 ♪♪♪

1月生まれ	目標の方向転換は注意深く慎重に。
2月生まれ	真剣に考るべき事とそうでない事を見極めて。
3月生まれ	周りからの依頼で忙しい。喜んで引き受け。
4月生まれ	体質の悪い部分が出そうな要注意月。過労に注意。
5月生まれ	人に判断や決定をゆだねず、自分で答えを出せ。
6月生まれ	ちょっとした変化が前向きな発想を生む。
7月生まれ	マイナスに見えることも、柔軟に取り組めば成長できる。
8月生まれ	今までOKだった事がNGになつても良い方向へ進んでいると信じる。
9月生まれ	想定外のトラブルを避けるため、口を開じてい。
10月生まれ	無理なやり方は避け。後でツケが回ってくるかも。
11月生まれ	出来る限り周囲の人たちに尽くそう。
12月生まれ	今日の難題は次のステップアップに。頑張ろう。

今月のラッキーさんは、3月生まれの方です☆(\*'▽')ノ♪

読者の方にお試し価格で鑑定♪ 20分2,000円より  
連絡先 090 (2099) 9318 myk1124@yahoo.co.jp

◇Yのりれき◇

発行元：株式会社健工舎イガワ

〒921-8164 金沢市久安4丁目17番地  
TEL 076-242-3910 FAX 076-242-3915



いー家じっくり  
HP いーじホーム

HPも  
見てね



今月のひとりごと

座りっぱなしをやめようと思い、今年から立って仕事をする時間を作っています。やってみると自分には合っているようで、辛くは感じず、背筋が伸びて頭もスッキリする気がします。

写真は、社長に作ってもらった折り畳み式の机です(\*'▽') 三谷

