



早いものでもう「11月」・北の方では先月あたりから雪が降ったニュースが報じられ、また冷たく難儀な冬が近付いてきました。今月末には山々の紅葉も散り始め「針山」のようになるんでしょう・冬囲作業も始まり脚立作業をする機会も増えてきました・高い所での不安定な作業ですので、転落事故に合わないよう注意してください。今シーズンの降雪はどうなるのか・前シーズンのように小雪にはならないような気がします・

瓦版 11月号

発行 (株)カネマタ工務店
TEL 025-792-2560
FAX 025-792-7102
http://kanematak.com

鶏とタラのうま塩鍋

- 【材料】 鶏もも肉 1枚(200g) エノキダケ 1袋(100g)
タラ切り身 2切れ 水菜 1/2束
大根 4cm(100g) A 水 カップ4
ニンジン 1/2本 A 鍋キューブ 鶏だしうま塩 4個
木綿豆腐 1丁 万能ネギ小口切り 4本分

【作り方】 ユズコショウ 適量

- 鶏肉、タラは一口大に切る。大根は7mm幅のいちよう切りに、ニンジンは5mm幅の半月切りにする。豆腐は8等分に切り、エノキダケはほぐし、水菜は4cmくらいの長さに切る。
- 水と調味料を土鍋に入れて火にかける。煮立ったら鶏肉、大根、ニンジンを加えて煮る。
- 大根が透き通るようになったら、豆腐、エノキダケ、水菜を加えて煮る。全体に火が通ったら万能ネギを散らし、お好みでユズコショウを添えて出来上がりです。 材料：4人分 エネルギー：261kcal 塩分：3.1g 野菜摂取量：70g



レシピ大百科

※これから冬に向かってタラやブリ、サケなどの海鮮食材が多く市場に出回ります・上手に使って温かい食卓を囲みましょう・

今日は何の日・・・「いい風呂の日」

毎年11月26日は「いい風呂の日」・由来は言うまでもなく「いい(11)風呂(26)」の語呂合せで、日本浴用剤工業会が入浴剤の使用促進のために制定したようです。

日本人は古来より湯治文化を持ち、温泉の効能による療養効果に親しんでいます・家庭でも入浴剤を入れて入浴したり、泡の出る入浴剤を使ったりしますよね。

入浴の三大効果を上げると、まず、お湯の温熱作用により皮膚の毛細血管や皮下血管が広がり、血流が良くなり体が温まります。これにより体内の老廃物や疲労物質が除去され体のコリをほぐしてくれます。

お湯の中では腹部や足が水圧のため数cm細くなり、それに伴い静脈やリンパ管も圧迫されます。お湯からあがると水圧が無くなるため、全身の血行が良くなります。

入浴するとお湯の浮力により重力の影響から多少開放されるため、体を支えている筋肉や関節の緊張が和らぎ疲労感をほぐしてくれます。

入浴の温度は少しぬるめの40℃くらいがよいと言われ、熱いお湯は心臓に負担をかけるので気をつけましょう・お湯につかる深さは脇の下が沈む程度がよいようです。



ペレットストーブ・・・考えてみませんか

先月、今年一台目の「ペレットストーブ」を設置しました・2016 NEWモデルのSAIKAI SS-5・温風吹出式のFFペレットストーブ。弊社でこのタイプのもを設置するのは初めて・設置する場所が狭いうえに、既存の家具の配置や設備機器等の制約があり、排気管をいかに組み合わせるかなんまり悩まされました。

居間につながる縁側に設置したのですが、排気口の出口にエアコンの室外機があり、これを交わして設置しなければなりません・結局本体を30° 傾けて設置する方法でなんとかクリアしました。また、傾けた事により炉内で燃える炎も見えやすくなり、お施主様も大変喜ばれて内心「ホッ」としています。



SAIKAI 輻射式FFストーブ RS-4
2016 NEW モデル SS-5 ↓

魚沼市内在住の方なので、当然「補助金」の申請をして約12万円の補助金を受けられ、実質の自己負担額は24万円ちょっと・もちろん、申請手続きも弊社に依頼されたので、お施主様が面倒な手続きをする必要はありませんでした。

この「補助事業」の市の予算もまだ余裕があるようで、今後も2月末日まで拡販活動を続けてまいります・逆にあまり需要が無いと事業そのものを廃止されかねません。CO2削減に貢献する「ペレットストーブ」・ゆらめく炎を覗いていると本当に癒されます・皆様も考えられてはいかがでしょうか？

ご興味のある方、カタログは弊社事務所にありますのでお問い合わせください。



SAIKAI 温風吹出式FFストーブ

11月01日はお神送り

毎年11月01日は「お神送り」の日です・全国の神々が出雲大社に集合し、縁結びの相談を一箇月にわたって行いわれがあります。ご当地では近郷の神様がいらしたん堀之内地区の「皇大神宮」に集まって出雲大社に出発する日が11月01日であると伝えられています。

この日は堀之内の中心街の道路は歩行者専用になり、植木・鯛焼き・瀬戸物などの露店がおよそ50軒ほど立ち並びにぎわいます・また、「大々神楽(ダイダイカグラ)奉納などの古式ゆかしい行事も執り行われます。

今回この「瓦版」の記事を「何にしようか」・かなり考えたんですが、地元の行事についてあまり調べたことがなく、この「お神送り」の記事として編集しました。

それで解ったのですが、ネット上にはこの堀之内の行事くらいしかのっておらず、もっと全国的に行われているものだと思っていたのでちょっと「ビックリ！」

「縁結び」の相談をしてくれているのは大変ありがたいのですが、市内では最近婚礼の行事をとんとみないような気がします。嫁さん不足や婿さん不足・良縁に恵まれるにはどうすれば良いのか・それも宮参りの時に神様が教えてくれればなおありがたいと思いますが・皆様どう思われますか・・・?



越後堀之内 皇大神宮

11月 霜月 2016年	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	大安	赤口	先勝	
地鎮祭 上棟吉日		地鎮祭 上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日		上棟吉日	上棟吉日		地鎮祭 上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日	上棟吉日		仏滅 三隣亡	赤口	上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日	上棟吉日		上棟吉日	赤口	地鎮祭 上棟吉日	上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日		三隣亡	地鎮祭 上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日	地鎮祭 上棟吉日	