

らくらく通信 VOL 1 I

寒暖の差も感じられなくなり、新緑の季節となりました。いつもなら楽しい時期なのですが、大震災の影響なのか気分も停滞気味ですね。6月中には高速道路の土日祝日 1000 円のサービスマイルが無くなってしましますので、今のうちにドライブなどの遠出の計画をされてはいかがでしょうか。

お気軽整体院 らくらく 院長 森 俊樹
一宮市本町3-5-6 本町ビル2階

受付時間 / 午前 10:00 ~ 午後 8:30

(土・祝日は午後 8:00 まで)

TEL (0586) 73-1919 定休日 日曜日

ホームページ開設しました。 <http://138rakuraku.web.fc2.com/>



和風ピルルス♪

簡単に作れて、常備しておけば気軽に野菜がとれるピルルス！我が家ではお弁当にも大活躍！彩りもいっしょおすすめですよ♡

材料

- 穀物酢 200g
- お酢 200g
- 石砂糖 42g
- 塩 20g
- しょうがの薄切り 8g
- うま味調味料... 適宜

作り方

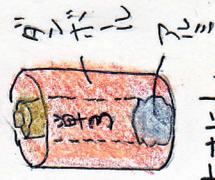
- 材料すべてを鍋に入れ、きちんと沸騰させて、冷ましてから、お好みの野菜を漬けておく。
- ・きゃり、大根、にんじん
- ・セロリ、パプリカ、ブロッコリー(ゆでる)
- ・アボカド(揚枝で数箇所穴をあける)
- など。おすすめ。



★作り始めから3日〜2週間が食べベストです！

単3電池を単1にする裏技！?

震災の影響で単1電池がなかなか手に入らなかつたですよね〜。いざという時困ってしまいますが、そんな時の裏技がありました！



用意する物

- ・ダニボール
- ・アルミホイル
- ・接着剤
- ・粘着テープ

1. ダニボールと単1電池の高さに合わせる
2. 単3電池にダニボールを巻き、単1電池の大きさに粘着テープで止める。
3. 単3電池の十側を出し、高さを合わせ、内回りに接着剤を軽く付け、一側にアルミホイルを詰め込む。(出来るだけ固く) 完成！



5月5日の真実!?



男の子のお節句として知られた「端午の節句」。本当は女の子のための日だったらしい！この日はもともと・田植を目前に、田んぼの神様にお祈りを捧げる大切な日であり、農作業の中心で忙しく働く女性たちが、ショウブ湯につかったり、ヨモギ餅を食べる元気を付けるための「特別休暇」だったのです。では、そんな女性を思いやこの節句だったのが、なぜ男の子のお祝いにしたのか？それは、ちよとした語呂合わせから、「ツツツツの節句」が、いつの間にか「勝負の節句」や「尚武(武をたもつこと)の節句」にすり替わった！というのが真相らしいですよ。