

らくらく通信

VOL 1 2

例年より早い梅雨入りとなっていてしまいました。今年の夏は電力供給不足(?)が心配されていますので、節電対策に今から、ゴーヤや風船カズラなどの緑のカーテンに挑戦してみたいかかでしょうか。



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/>

保育園のおからマフィン

おからを使った、ハルツェーなおからマフィン♡混ぜるだけなので、とても簡単です♪

- 材料 (カップ5ヶ分)
- ★ バター ----- 30g
 - ★ 砂糖 ----- 30g
 - ★ 卵 ----- 1ヶ
 - ★ おから ----- 50g
 - ★ 牛乳 ----- 25g
 - ★ バニラエッセンス ----- 少々
 - ★ 小麦粉 ----- 50g
 - ★ ベーキングパウダー --- 小瓶1/2強

作り方

1. バターはレンジで溶かしておく。
2. 量りにボールを乗せて、材料を上から順にどんどん入れ混ぜていくだけ。～粉も振るってOK!
3. 180度のオーブンで20分程度いい色がつかまて焼いてください!



お豆腐屋さんの美味しいおからだと更に美味しいよ♡

梅雨のカビ対策



キッチンやお風呂、洗面台など、もつともカビや雑菌の繁殖しやすい場所は、今のうちに汚れを落としておき、その後は、水滴のメンテナンスで、カビをばい菌ラックに防ぐことができます。その時、フイビンエタール等の消毒液で拭き掃除をすると、なおGOOD!

簡単＆安全な消毒スプレーの作り方

作るのも実にカンタン。薬局で「消毒用エタール」を購入し、水で薄めます。薄める率は、およそエタール：水3の割合でOK。スプレー容器に入れます。(容器は薬品対応で新品のものをお使い下さい)

流し台、冷蔵庫、トイレ、風呂場などの消毒、カビ防止などに役立ちますよ!

ごかし言葉のごまがけは語源の話

何故や数量を自分の都合のいいように、いかにげんに数えることを「ごまご読み」といいますが、この「ごま」とは、じつは魚のサバのことなのです。

昔は、魚市場でサバやイワツなどの安い魚を数えるとき、わざと猛スピードで「ひとや、ひとや、ふたや、ふたや、みいちや、みいちや…」と数えながら、ポンポンと箱に放りこんでいたが、あんなに数えてみると、どうも数が合わない、そんなことから、「ごまご読み」とは、数えごまご表現に由来するのです。この「ごまごす」という言葉も、だましたり、とりついたりすることを指すけれど、こちらのもともとは「胡麻菓子」というお菓子が語源とされています。名前のとおり、ゴマがまぶしてあって、おいしうだが、食べてみると、ただ粉を焼いて、ふくらませただけのまごいもの。そこから「だます = ごまごす」に、なるといいますが、おもしろいですね。

