

# らくらく通信

VOL 90

寒さがひとしお身にしみる頃になりました。今年を締めくくると最後の月でもありますので、何かと忙しく、慌しくなりますが、早めの対処で新年をお迎え下さい。

**新年は、4日(木)から営業いたします。**

アトラス整体院 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 9:30 ~ 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 <http://138rakuraku.com/>



## 袋一つで簡単! 100% おまつりクッキー



作るのも片づけも簡単! (おまつりだけのやさしい甘さで材料も3つだけ!  
 バター・砂糖・卵 1つだけで作れます。  
 冬休みにお子さんと一緒に作ってみてはは♪  
 作り方

- 材料**
- 薄力粉 --- 50g
  - サラダ油 --- 15g
  - おまつり --- 30g

**ポイント!**

薄力粉にサラダ油を均等に混ぜておまつりを入れます。油の種類によりは生地が緩くなるので粉多めにしおまつりを入れます。

2. おかりの上にビニール袋をのせ、そこに

材料を量り入れ、均等にするようにもみかます。

3. 袋ごとめん棒で4~5cmの厚さに伸ばす。

4. オブで170℃に予熱する

4. 型で抜くが、スクラッパーで押しつぶれぬように

オブで2分焼く。

## お酒が強い人は肝臓も丈夫?

忘年会やクリスマス会などお酒を飲む機会が増えるシーズンです。人によってはコップ半分のビールでもグロッキーになる人や、毎晩浴びるように飲んでもクローヒという人がいます。このいった時には「あの人は肝臓が丈夫だから」とよく耳にします。本当に「お酒が強い = 肝臓が丈夫」なのでしょうか?

案外、正しくないのです。

お酒が強いというのは肝臓の「アルコール分解能力が高いだけ」の事で、残念ですが肝臓が強いというわけではないうです。肝臓には何百種類の酵素が存在しています。その中の「アルコールを分解する酵素の働きが優れているだけ」でほかの酵素の働きが優れているとは限りません。

「お酒が強い」と過信して大量のお酒を飲み続けると、肝臓が突然過労でダウンして、アルコール性脂肪肝からアルコール性肝炎、肝硬変と進んでしまいがちかもしれません。お酒はほどほどに楽しみましょう!

## 頭の体操、IQサバイバル

Q. [??] の中に入る言葉は何?

[?] 女 男  
[?] 心 気

< VOL 89 の答え >

「この数字は寒く感じる」

○に数字が口にかんじ

入ると... こうなります

答えは次回5月号通信またはHPにて...