# らくラク通信 VOL 22

学校や社会などで、新しい生活が始まる時期になりました。
日を追うごとに、風が強く吹きますが、日照時間も少しずつ長くなり、段々と冬の終わりを実感できます。 桜や藤など、お出かけの楽しみが多い季節の到来ですね。


お気軽整体院　らくラク　　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　http://138rakuraku.web.fc2.com/

## アボガド♪和風クリームパスタ♪

最近スーパーでアボガドをよく見かけるようになりました。でも食べ方がわからない～という人も多いのでは…。そこであえるだけでとっても簡単なパスタ！ぜひ一度作って食べて下さい！

材料（2人分）
- スパゲティ …… 200g
- アボガド …… 1個
- ★ マヨネーズ …… 大さじ3
- ★ 牛乳 …… 大さじ1
- ★ めんつゆ（3倍濃縮） …… 大さじ1.5
- ★ 鰹節 …… ひとつまみ
- きざみ海苔 …… 適量

作り方
1. 鍋に湯を沸かしスパゲティを茹で始める。アボガドは皮をむき、1cm角に切る。
2. ボウルに★の材料を入れ、混ぜ合わせたところに①のアボガドを加えマッシャーでつぶす。
3. 茹で上がったスパゲティを②であえてお皿に盛る。海苔をかけたら出来上がり♪

ポイント!!
アボガドはマッシュしたほうがクリーミーで美味しいよ♥

## 荷物が軽く感じられる方法!?

みなさん、できるだけ重いものは運びたくはありませんよね！
しかし、必ず重いものを持たなくてはいけない時があります。
そんな時に重いものが軽く感じられる方法があるんです！
例えば二つの荷物があり、一つは軽いもの、もう一つには重いものが入っているとします。
両方を同時に運ぶ時にみなさんならどのように運びますか？　大半の人は重い荷物を下に、軽い荷物を上にして運ぼうとすると思います。
しかし、これは間違いなのです!!　実は、軽い荷物を下にして重い荷物を上にして運ぶ方が、持った時に軽く感じられるのです。これにはきちんとした理由があり、重心が関係していると言われています。
人間は重心が上にあるほど物を持った時に軽く感じられるようになっているのだそうです。
複数の荷物を持つ際には試してみて下さい！

## ビールの大びんはなぜ半端？

ビールの大びんの容量は633mlと中途半端な量ですが、なぜこんな容量になったのかみなさんはご存知ですか？　日本におけるビールの醸造は1853年からだといわれていますが、瓶のルールは統一されていませんでした。しかし、1944年の酒税法改正に伴い「会社に関係なく瓶の容量を統一したほうが収める税金がわかりやすいよね」ということになり、各ビールメーカーの瓶を調査したところ、最大643.002ml　最小633.169mlでした。そこで、作ってしまった瓶がすべて使えるようにと、最小の容量の633mlになったそうです！