

# ゆうぴいっしん 34号



ユーピーサポーターの皆さん お元気でいらっしゃいますか。  
 こちらの面々も、日本国同様、平均年齢が上昇傾向にありますが  
 おかげ様で、変わりず皆元気に仕事に遊びに頑張っています。  
 消費増税、近隣大國小国との付き合いの難しさなど、困りものの  
 問題も多いため、どうせ生きていかなければならぬのなら、  
 悪い事は出来るだけ気に留めず、  
 良いことは心底喜べる生き方が出来たら良いと思いませんか。

今回のユーピー通信も相も変わりず、皆様に「ホッ」として頂けると思いながら  
 お届けしました。為になる事はほとんど無いと思いましたが  
 見終わられた後に「あの会社のつらさは、いつもくだらない手紙をよこす」  
 なんて思って頂ければ最高です。  
 捨てるに読んで頂いた と言うことですから……♡

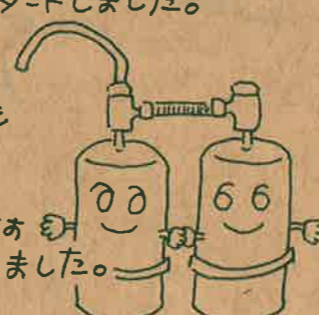


## Pin up 《プレゼント企画》

### 我が家の水自慢 募集!!

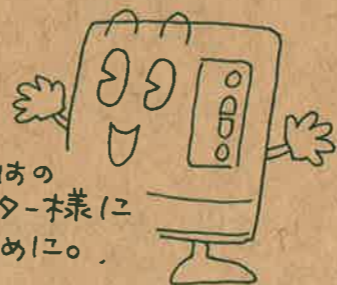
(サポーターさんの浄水/生成水の個性的な使い方を  
 教えてください!)

今こそ小社は、多種にわたる浄水器関連製品を取り扱っていますが、  
 一番初めは電解水生成器(アルカリイオン水)の販売会社としてスタートしました。  
 製品特徴を説明る為、浄化された電解水も持参して  
 一軒一軒説明する訪問販売を行っていましたが、  
 塩素濃度が高い日本の水道水の場合、カートリッジを新しくしても  
 2~3ヶ月位で浄水性能が急激に低下する事に問題点を感じ、  
 「説明書には1年はもつと書いてあるのに?」メーカーに品質改善を  
 申し出ましたが、販売台数が少ない会社の意見など、その頃のメーカーは  
 全く聞き入れてくれず、仕方なく浄水性能が確かな製品を探し始めました。



大手の国内メーカーから輸入品まで...  
 そこから選別した浄水器を電解水生成器のフィルターとして  
 接続したり、単独でお使い頂いたり。  
 そんな経緯から今日に至っています。

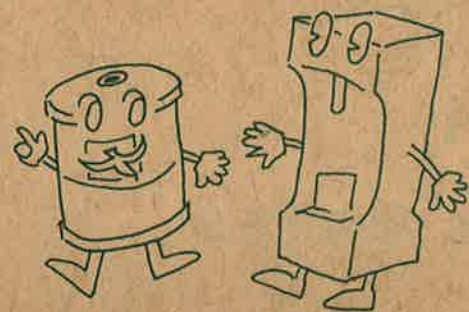
宜しければ、今サポーター様がお使いの製品が生成するならば、  
 水の使い方を教えてください! その使い方をまた他のサポーター様にも  
 この紙面でお知らせするためにも。



※ご協力頂いたサポーター様には、粗品ですが  
 御礼品をプレゼントさせていただきます。

★我が家の水自慢 応募先★

FAX: 0120-367-299 又は info@up-x.com

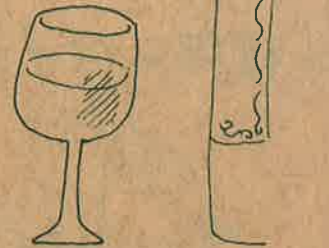


## Pick up 美味しいお水の 美味しいお店

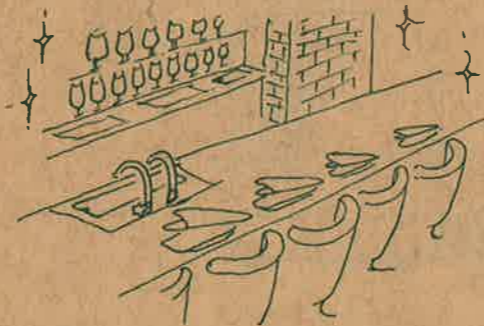
オステリア・オルティージャ  
 「イタリアン」~大人の雰囲気溢れるレストラン~

OSTERIA ORTIGIA さん

このお店は、銀座の隣京橋にある。  
 ドアを開けた瞬間ウェイティングバーに迷い込んだと戸惑うが  
 カウンター向この整頓された美しいフォルムのグラスを眼にした時  
 とおの違いを実感する。



オーナーシェフの川島さんは1999年伊における料理修行から日本に戻り、  
 ソムリエの資格を取得後、2003年にこの店オステリア・オルティージャをオープン。  
 川島シェフ自身、無類の美味しいもの好きで、  
 「イタリアでは本当に沢山のワインを飲んだ。ワインを飲むうちには、まきりと違いが見えてきた。」と語った。



ソムリエになるべくしてなった人であろう。  
 その川島さんには、こだわりを聞いてみた。  
 「自分が嫌いな物は人には出せないから」と一言。

その言葉を後押しする様に、イタリア料理の伝統を生かし、  
 旬の素材を使い、出来るだけシンプルに仕上げる事を  
 心がけている。との事。

今年、川島シェフは、数年ぶりにイタリアへ。  
 頑張った自分へのご褒美旅行の苦が、美味しい食材を見つけると素通りできないのが川島さん。  
 「持参した服を捨て、そのスペースにお宝を詰め込んで帰国した。  
 ...そんなエピソードも聞かせてもらいました。



ココでの人気メニューは、緑健農法により生命力が半端ではない  
 野菜のバーニャカウダー。  
 日本では、まだ聞き慣れないが、濃厚なソースが絡む  
 ストランゴッツイという超太麺パスタなどが、美食家の舌を唸らしている。

取材班が伺った日は、仕込みと開店時間の  
 余裕な時間中、予約の電話を受けながらの  
 取材に応じて頂いた事に感謝させて頂くと共に  
 大人の美しさを持った人と評判の奥様は  
 残念ながら開店前もあり、不在でしたが、  
 川島シェフが作り出す料理、  
 数百本のストックを超えるイタリアワイン

~食をこよなく愛するあなた  
 銀座界隈にお気に入りの店も  
 また一軒増やしませんか~

そして柔らかな雰囲気、特別な時も  
 演出してくれます。

住所: 東京都中央区京橋3-4-1  
 TM銀座ビル B1

最後に川島シェフは、「カウンターでやっているから、  
 気の合うお客様から、マイレストランと思っ  
 貰えたら嬉しいな」と思いながらやっている。  
 と鋭いながらも優しい目をして  
 おっしゃいました。

電話: 03-3516-6842

営業時間: 17:00 ~ 23:00

(L.O. 22:00)

ホームページ: <http://www.osteria-ortigia.com/>

定休日: 月曜日

カウンター 9席  
 テーブル 4席  
 全席禁煙

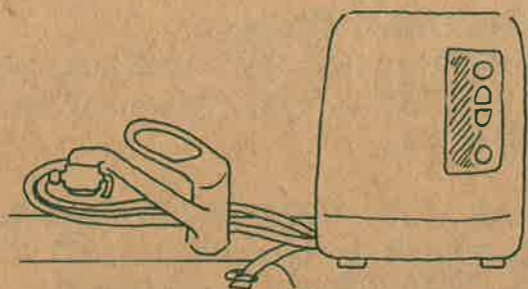
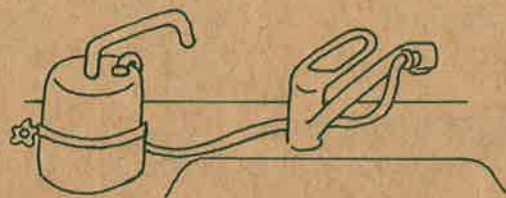
Brush up

浄水器と生成器

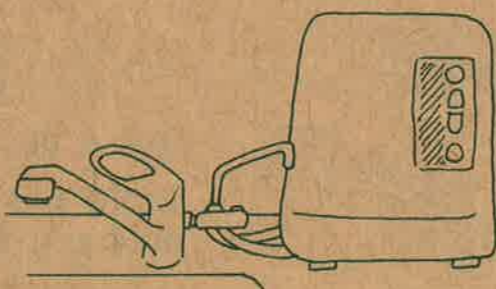
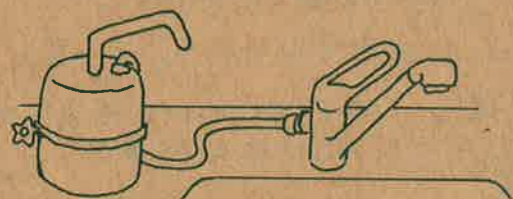
今の取り付け方法にご不満はありませんか？

～浄水器周りの模様替えが出来ます～

標準の付け方



レバーの中間で出し切り！



良くなること

水道のお湯または水を出しながら同時に浄水/生成水が出せる。  
ホースの取り回しが短く済むので水栓周りがスッキリする。

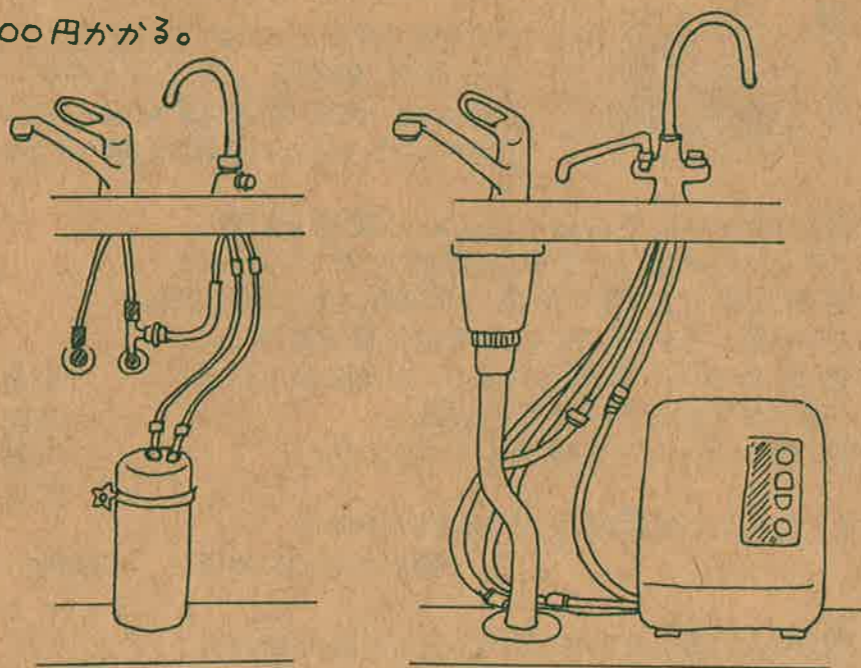
困るところ

費用が25,000円～30,000円かかる。

専用水栓で

出し切り

本体ビルトイン



良くなること

浄水器/生成器本体がキッチン上から消えるのでかなりスッキリする。  
水道のお湯または水を出しながら同時に浄水/生成水が出せる。

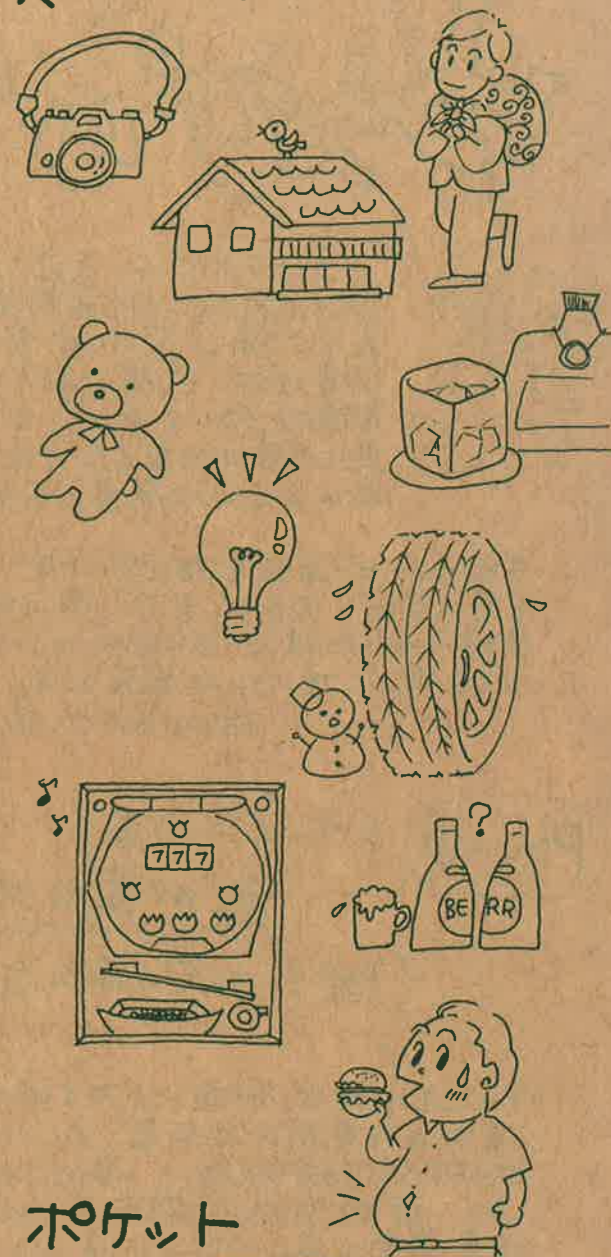
困るところ

費用が48,000円以上かかる。

Close up

今昔シリーズ #1

- |          |          |
|----------|----------|
| 昔・バカチョン  | 今・携帯     |
| 昔・靴脱ぎ荘   | 今・シェアハウス |
| 昔・風呂敷残業  | 今・クラウド残業 |
| 昔・テテー    | 今・テッド    |
| 昔・芋ロック   | 今・ハイボール  |
| 昔・白熱電球   | 今・LED    |
| 昔・痴呆症    | 今・認知症    |
| 昔・スノータイヤ | 今・スタッドレス |
| 昔・キューリップ | 今・確変     |
| 昔・ブルジョワ  | 今・セレブ    |
| 昔・ビールス   | 今・ウィルス   |
| 昔・成人病    | 今・生活習慣病  |



Line up 新製品情報

ケ-タイ 水素水 ポケット



ポケットがあれば

家でも ジムでも オフィスでも 10分間で  
水素水がチャージ出来ます♪

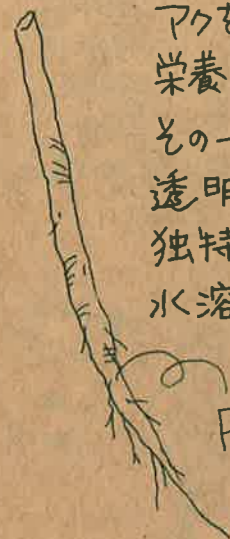
2013年3月中旬 発表予定!!

# Zoom up

## ゴぼうのアクはポリフェノール!?

ゴぼうの皮、アクは取らない方が栄養的にはイイ!!

料理の基本は、皮を綺麗に剥くこと。  
アクを丁寧に取る事から教わりますが、  
栄養学的には、その真逆な事も時々あります。



Polyphenol ♡  
たっぽり♡

その一例が、ゴぼうの黒いアク。  
透明になるまで水に漬け込みたいところですが、  
独特のゴぼうの香りや抗酸化成分のポリフェノールも  
水溶し減少します。⑤ どうしても、アクを取らないと気がすまない人は、  
1回だけにしてみても下さい。  
きつと香りが違う筈です。  
特に電解水《アルカリ水、還元水、水素水》を  
ゴイ使用のサボタ-様は、短めゴお試しあれ!!

NHKの朝の番組で  
有働さんが  
そう言っていました。

# Healty up

## 《過敏性腸症》は 良水で改善できる。

ちょっとお酒を飲んだだけでも下痢したり、  
緊張するとお腹が痛くなる症状が  
過敏性腸症候群と呼ばれ、  
近年になり増えてきているといわれていますが  
要因にストレスが大いに関係していると言われています。



水は、お酒以上にストレスを流す事が出来る事をご存知でしょうか!?

コップ1杯の水をゆくり飲むと  
体中の血管に水が行き渡り  
血圧が安定することから  
自律神経に好影響を与えます。  
「精神的重圧野郎が来たな」と  
感じたら、ゆくり良水もお飲み下さい。  
気分が落ち着きホッとしますよ。

※ ステンレス UPボトルが  
ストレス流しの  
手助けをします。

¥ 2,980



— 藤田紘一郎著  
藤田式ウォーターレシポより —

# Catch up

## N山のザリガニ日記 II

「この日記が連載できればいいな」と思っていたのが  
N山家族の愛情と なんと言ってもザリガニの生命力の賜物で  
こうして続きが書ける事を嬉しく思います。

9月のはじめ...

雌のリングちゃんゴが2回目の脱皮に成功!  
ハサミが一段と立派になった。  
N山は社内では冷たく「ザリ」と  
呼び捨てにしているが、雌♀のザリガニには  
リングちゃん。雄♂にはガイトと愛娘の  
玲奈ちゃんの名前をつけていた。  
突き抜けた感があるネーミングセンスである。  
しかしながら、この数日後 残念ながら  
♂のガイトが天国へ召されたそうである。  
ア-メン♪

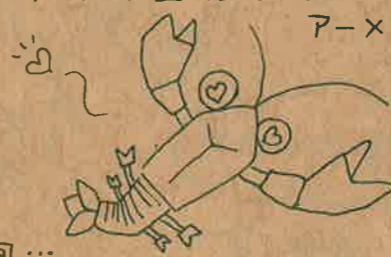


9月中旬...

♀リングちゃんは、N山家族と共に  
寂しそうに一匹で暮らしていました。

10月上旬...

♀リングちゃんの目の痛みと寂しさも埋める為  
N山が能動的行動を開始する。  
お見合い大作戦である!  
お見合い相手のハント場所は、あの池  
一匹目は、小柄なおスを水槽に...  
ところが2日後に亡くなってしまった。



10月下旬...

N山のおせっかい心が再発、ボディ-1お小太いが  
紅ドでかいハサミを持った♂をハント。  
前回の失敗から学んだN山は、  
水槽に仕切をして、しばらく観察する事に  
したのだが...  
翌朝見ると♀リングちゃんが強引に仕切を  
押し出し、まだ名前も持たない♂に  
抱きついており、その体を更に真っ赤に  
していたとか!!  
N山談「びっくりしましたが  
かなり気に入ったみたいで良かった。  
この日 この雄♂を、Xロンと命名する  
by 玲奈

10月中旬...

この頃から♀リングちゃんも一段と大きくなった  
ハサミで砂に絵を書くような仕事をしていた  
らしく、N山の目には「♂が欲しいんだ」と  
映った様だ。

翌1月上旬...

水槽の汚れが気にあったN山は  
観察も兼ねて水替えをする事に。  
水槽の水が なんとも水位1cm位!  
♂Xロンは干上がり状態。  
「ダメかな〜」と思いながら水を  
入れるとモンモンと重かたしてくれた。  
神様ありがとう♡ N山談

N山はザリガニの生命カマ  
改め舌も巻いたと言う。

11月下旬...

水槽を洗っている時にXスのお腹に卵を確認!!  
あの時の愛の結晶か♡!  
「子ザリが見れる」と玲奈ちゃんも大喜びしたのだが  
運命の悪戯か相性の問題か...その3日後から  
卵がポロポロと体から落ちていったらしい。  
N山の調べによると受精していない卵は  
一週間以内に尻尾から離脱すると  
文献に書いてあったとの事。  
想像だなのか、下手だなのかは不明である。

12月に近づくと餌も食べず排せつしない様子が続く。  
今度、ネット検索するとザリガニは水温が  
低くなるとエサを食べなくなり冬眠に入るらしい。  
「寒い場所で飼育している場合は、水換えを取り  
エサを与えず春までそっとしておこう」との事。  
それに従い「バランダ」で冬眠させる事に。

水槽も綺麗になりバランダに戻す。  
この日は、一月にしては暖く、  
しばらくオスは寝ぼけた感じで  
水槽をうろつくと。  
♀リングちゃんは、いつの間にか  
作られた半身を出してハサミを  
動かしてました。

つづく

**Dish up**

常備食は買って早いけど作っても早い!!  
俺のガリ ~ 後味が甘たろくないぜ! ~ しかも旨い!!

寿司屋で生姜を薄く切って甘酢に漬けたものを「ガリ」と言いますが、春から秋にかけて出回る柔らかい穂先がピンク色をした新ショウガを使ってください。\*作り方は簡単 しかも絶対失敗しません\*

**ガリ** (新生姜の甘酢漬)

- 皮をむいたショウガを薄くスライスします。(スプーンで削れば簡単に剥けます)
- 熱湯にさっと通し、冷水にとりアクを抜く。
- 冷ました甘酢に漬けておく。

甘酢の基本的割合は大体このくらい

酢	・カップ 1
砂糖	・大さじ 5
塩	・小さじ 1/2

これに火を入れ調味料を溶かします



♪三時間も漬けておけば食べられる様になります。♪

赤い部分の穂を一緒に入れればピンク色に仕上がりますし、入れなければ白いガリになります。市販のガリは、妙薬の苦味をゴマかす為に甘すぎるだけじゃなく、ピンク色に着色してるケースが多いです。

ラッキョウと同様長期間の保存も利き、残った甘酢は酢豚の合わせ調味料に使うと Good です。

**自分屋**

**なめたけ**

**作り方**

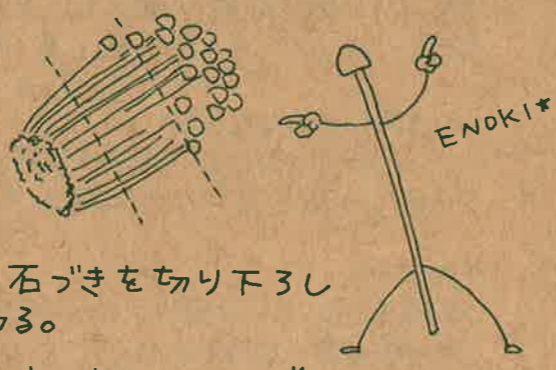
えのき茸 2パック

醤油	大さじ 3
みりん	大さじ 3
水	大さじ 3
酒	大さじ 2
砂糖	大さじ 1
酢	大さじ 1

えのき茸は、石づきを切り下ろし3等分に切る。

鍋に合わせ調味料を入れ煮たったらえのき茸をパラパラと加え、アクを取りながら半分の量になるまで煮詰めれば出来上がり\*

冷めたら、ガラスの密閉容器かジップロックに保存する。



冷蔵庫で2週間程保存が利く。



\*すぐには食せるが、2日以上置いた方がめるめる感と味がなじんで美味しくなる\*

味付けに唐辛子で辛さを加えたり甘さ、しょっぱさなどのカスタマイズが交か所が The 自家製!!

**私の福神漬**

**道具**

- ボウル
- 水切り
- 鍋
- キッチンペーパー

**材料**

- 蓮根 ・ 150g
- にんじん ・ 1本
- 茄子 ・ 1本
- きゅうり ・ 1本
- 大根 ・ 100g
- 椎茸 ・ 2枚
- 生姜 ・ 1かけ
- ミョウガ ・ 3本
- 塩 ・ 野菜の量の2%

**漬け汁**

- 醤油 ・ 1/2カップ
- 酢 ・ 1/2カップ
- 水 ・ 1/2カップ
- 酒 ・ 1/4カップ
- 砂糖 ・ 100g
- 昆布 ・ 5cm
- しもの実の醤油漬 ・ 大さじ 1

**作り方**

- 蓮根、にんじん、大根は、いちょう切り。茄子は半月切り、きゅうりは種を抜いて半月切り、ミョウガは小口切り、椎茸は半分に切る。いずれも厚さは5ミリ位に。生姜は千切りにする。
- ミョウガ、茄子は水にさらしてアク抜きし、水気をよく拭く。
- 全ての野菜を塩でもみ、漬物器やボウルなどで漬け、重石をして一晩漬ける。
- 一晩塩漬けた野菜をギュッと搾る。
- 鍋に漬け汁の材料を入れ煮立たせ、細かく切った昆布を加えて④を入れ、半量になるまで煮詰め、冷めたら出来上がり!



\*冷蔵庫で2週間程しか日持ちしない分、1年間くらい置いてても何の変化も無い市販の福神漬と比べると、安心して美味しい!!

— 柘(えい)出版社 自家製の基礎知識 より引用 —

**All up**

**大方(たいほう)**

度量の大きい事、又は、そういう人。大きな道。仏の道。学問、見識の高い人。大方(おおかた)あらまし。

ウィンドウズの Word 2003 (古) (おおかた)では、大方と表示するが(たいほう)と入力しても、今年七くなるまで国民栄誉賞の受勲をお預けにされていた感がある名模範大鵬とか戦争道具の大砲などが表示される。

×ジャーナ(おおかた)に対して(たいほう)は超アングラである。たいほうと読ませる言葉、存在とか信頼やなまとなく体格の良さとかを感じさせる。編集人も男の端くれとして、この世は無理としても来世にはどう呼ばれたいとちょっぴり思う。

参考書物 永江朗著 広辞苑。中の掘り出し日本語から。

取材: 永山奈津恵 構成: 渡辺直美 編集: 橋本克之 製作: 山田早苗 甲斐綾子