

TT Times



心よりお見舞い申し上げます

今般の世界規模での厳しい状況は、大切なお仕事に少なからず影響を与え、さぞや案じていらっしゃる事とお察し申し上げます。一日も早い終息を心から祈るばかりです。弊社も5月末までの面談営業を自粛と相成りましたが、この時を自らを省みる良い機会ととらえ、前を向いて、一層精進して参る所存でございます。この新聞がお手元に届く頃には、面談も可能になっているかと思えます。また面談を控えたい場合は、ビデオ会議システムを使ったオンライン面談も可能となっております。ご自宅のパソコン、タブレット、スマートフォンが使えるので遠慮なくお申し付け下さい。今後、様々な困難もあるかと思えますが、出来る限りの予防策をもって安全に、お元気にお過ごし下さい。またお会い出来ること楽しみにしております。



目次:

季節の祭事 : ゴーヤ	1
社会の豆知識 : 冷やしマスク	1
特別編 : 魔法の言葉「大丈夫」	2
生活コラム : お家で立ち飲み	3
生活の豆知識 : 人生ゲーム	3
土屋敬のこだわり :	4
何でも焼き(焼き肉?)	
オススメグルメ: 悪魔のおにぎり	4
あとがき	4

【季節の祭事 : ゴーヤ】

近年は、エコな日よけとしても親しまれるゴーヤ。その独特の苦味のもと「モルデシン」という成分で、胃腸の粘膜を保護したり食欲を増進したりするといわれ、食欲が減退するこれからの季節にはありがたい野菜です。多く含まれるビタミンCは、加熱しても壊れにくいそうです。

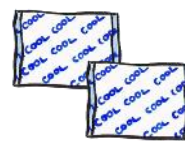


社会の豆知識 : 「冷やしマスク」

山形県民は「冷やし好き」ですよね、とにかく何でも冷やしてしまいます。シャンプーを冷やした「冷やしシャンプー」は、もはや全国の夏の定番となりつつあります。そして今回登場したのは、なんと「冷やしマスク」。しかも自動販売機で販売されているなんて、画期的です。すでに新聞やテレビ等でも取り上げられているようですね。

この「冷やしマスク」は、山形県山辺町のニット製造業「ニットワイズ」が町内の縫製業者に製造を依頼した布製のもの。両頬にあたる内側ポケットに保冷剤が入れてあり、マスクをしながらひんやり感を味わうことができます。気になるお値段は、保冷剤4個と布マスク1枚入りで1,300円(税込)。保冷材は冷蔵庫で冷やせば何回でも使えますし、布マスクも洗濯できますので、納得できる金額設定かもしれません。早速、購入を検討したいと思います。手に入るまでは衣類用冷却スプレーを不織布ガーゼの表面(外側)にスプレーして代用したいと思います。

そういえば、この衣類用冷却スプレーも、使用しない夏が想像できないくらい一般化しましたね。クールビスと言っても暑いですから。もしかしたら今夏は、オンラインやリモートワークとなるから、涼しい部屋で仕事になるのでしょうか？ いや、やっぱり「冷やしマスク」は準備したいと思います！！



特別編：「魔法の言葉『大丈夫』」

工学博士で、『ツキを呼ぶ魔法の言葉』の著者で知られる五日市剛さんは、
「言葉は、過去完了形で言い切れれば実現する可能性は限りなく高くなる」とおっしゃっています。

おかげさまで、〇〇〇〇〇〇できました。感謝します！

「〇〇〇〇〇〇」の中に、皆さんはどんな言葉を当てはめますか？
私はこれを毎朝、車に乗った瞬間に大声で唱え続けています(笑)。

言葉を声に出して言うことは、実はとても大事。
最近、意識してよく使っている言葉に【大丈夫】があります。
【大丈夫】という言葉には、不思議な力がありますね。

落ち込んだとき

先の不安におびえるとき

恐ろしいとき

寂しくてたまらないとき

辛くて仕方がないとき



そんな時には、「大丈夫！」と言い切るようにしています。
自分にも、他人にも。みんなの前でも言い切るようにしています。
確信を持って、一点の曇りもなく言い切ります(笑)。

もし、皆さんのまわりに「大丈夫！」と、一点の曇りもなく言ってくれる人がいたらどうでしょう？
不思議と心が安心し、なんだか元気が出てきませんか？
そうであるなら、まずは自分から大切な家族や仲間に「大丈夫！」と言ってあげてはいかがでしょうか？
常に、にこやかに「大丈夫！」と言い切り、
周囲の人に勇気とパワーを与える人になりたいと思います。

生活コラム：「お家で立ち飲み」

立ち飲みの楽しさは、腰を据えずに「ちょいと」飲む手軽さにあります。結果的に長時間滞在になってしまうこともあります。あくまでも「ちょいと」が連続しただけで、心はあくまでも「ちょいと」なんです（笑）。立ち飲みという外でするものと相場が決まっていますが、実は家でもやれちゃいます。



コロナ禍において「巣ごもり」という言葉が流行りました。家の中にテントを張って、キャンプ気分を味わったご家庭が多くあったそうです。流行に敏感な我が家も（笑）、リビングにテントを張って数日間過ごしました。ピラミッドパワーとでも言うのでしょうか。テントの中は非常に落ち着くんですね。読書や音楽や映画の鑑賞に最高でした。

話は「お家で立ち飲み」に戻します。この原稿を書いている5月17日（日）に、突然、「立ち飲み」をしたくなってしまいました（笑）。5月17日の時点では、宮城県は緊急事態宣言が解除されていますが、さすがに積極的な外出は自粛モードでしたので、だったら家で立ち飲みをすればいい！！と。急遽、私をリーダーとする【お家で立ち飲みプロジェクト】が立ち上がりました（メンバーは私一人ですが…）。

上の写真は当日の立ち飲みの模様で、左の写真は当日のメニューとなります。幸い、我が家のキッチンにはアイランド型。そのアイランドをうまく使って、立ち飲み屋を再現しました。まったく無関心の女性陣とは違い、小学6年生の息子は興味深々。普段の食卓には出ないような料理を美味しく食べてくれました。中でも、「魚肉ソーセージのウスターソース炒め」と「具無し焼きそば」、「梅クラゲ」が気に入ったようです。皆様のご家庭でも「立ち飲み」いかがでしょうか？ 楽しいですよ（笑）。

【お家で立ち飲みプロジェクト】

- ・土鍋煮込み
- ・魚肉ソーセージ(ウスターソース炒め)
- ・キャベツ千切り
- ・キャベツざく切り
- ・冷やしトマト(スライス)
- ・梅ワサ
- ・焼きそば
- ・白米キムチ
- ・マグロ刺身&山手
- ・梅クラゲ
- ・黒酢(にんにく)
- ・サンボロ黒ラベル(中瓶)
- ・ひや酒(酎とグラス)
- ・ホットシー(白)とキンキヤ焼酎
- ◆イス

生活の豆知識：「人生ゲーム」

“人生、山あり谷あり”のキャッチコピーで始まるTVコマーシャルと共に『人生ゲーム』が日本で発売されたのは、1968年のこと（私はまだ生まれておりません）。

盤ゲームといえば、サイコロを振っていかに早くゴールを目指すかという、いわゆる「すごろく式」のゲームしか存在しなかった当時、“人生”というテーマ、自分を表すピンを刺した自動車型のコマ、ボード上の立体的な山や建物、ドル札を模したおもちゃの紙幣のやり取り、そしてなによりサイコロの代わりに回すルーレットは画期的なものとして受け入れられ、子供から大人まで夢中になる大ヒット商品となりました。

原型は、1960年に米国で生まれた「THE GAME OF LIFE」というゲーム。日本版『人生ゲーム』は発売以来、シリーズ商品を含めて累計約1,500万個以上販売しています。

在宅ワークを余儀なくされ、外出自粛の期間中、久しぶりに家族で人生ゲームをやってみました。ゲームの中で、就職や結婚、マイホーム購入など、人生に関わるさまざまな出来事を疑似体験し、そこに繰り広げられる波瀾万丈なもう一つの人生に、大人も子供も一喜一憂。勝負の行方がルーレットの目にかかっているの、子供も大人も対等に勝負することができるのも良いですね。我が家の子供たちは、とても楽しかったようです。

発売から50年。石油ショック、バブル経済とその破綻、金融破綻など、激動する世相を反映させながら『人生ゲーム』もリニューアルを重ね、辛口の風刺を効かせた『人生ゲーム平成版』などの姉妹商品も登場しました。今改めて子供たちとやってみて、子供の頃の“夢”を思い出し、人々が求めている“夢”とは何か、また求められている未来の“夢”とは何かを考えさせられました。『人生ゲーム』は、常にその時々の“夢”を綴った「私たちの人生の玉手箱」なのかもしれませんね。



土屋敬のこだわり：「何でも焼き(焼き肉?)」

一般的なご家庭では、自宅で焼き肉というと牛肉や豚肉がメインで、野菜などをホットプレートで焼くのを「焼き肉」と言いますよね。我が家は、肉類が苦手な義母と同居していることもあり、魚介や練り物、こんにやく、豆腐、はんぺん等と一緒に焼きます。そのため【何でも焼き】と呼んでおります。

一番人気は「マルシンハンバーグ」。焼きあがると「あっ」という間になくなってしまいます。他に変わった食材だと「こんにやく」「豆腐」「はんぺん」でしょうか？ この【何でも焼き】にお客様をお招きしたことがないので、他のご家庭の食材は分かりませんが、おそらく焼肉で焼いて食べるご家庭は少ないかと・・・(笑)。写真にはありませんが、牛肉、豚肉、鶏肉も焼いて食べるのですが、どうしても写真の中の食材がメインとなってしまいます。

ちなみに「タレ」にも秘密があります。市販の焼肉のタレを器に入れたら、大根おろしを入れて食べます。焼肉の甘いタレと大根おろしが絶妙に合うんですね。タレに浸した大根おろしだけでご飯2膳は食べれますよ！！ 食材を焼き終えたら、締めは卵焼き。鉄板をきれいにしておいて生卵を落として平らに伸ばして食べる。この卵焼きにも、特製おろしタレがよく合います！



土屋敬のおすすめグルメ：「悪魔のおにぎり」

悪魔のおにぎりとしても話題となっている「たぬきおにぎり」はご存知ですか？ たぬきの形のおにぎり……ではなく、いつものおにぎりに、お家で余りがちな天かすを加えて作るおにぎりのことなんです。おにぎりに加える食材は「大葉」「天かす」「めんつゆ」の3つ！

この3つの食材だけでできるお手軽さと、つつい食べすぎてしまうヤミツキのおいしさから、「悪魔のおにぎり」と呼ばれています。天かすは一袋買ってもつつい余らせがち。賞味期限が短く、扱うのがなかなか難しい食材ですよね。これなら、余った天かすも手間なく、美味しく食べることができますよ。

材料
・ごはん…2膳分 ・天かす…大さじ2 ・大葉…2枚 ・めんつゆ(濃縮タイプ)…大さじ1 ※青のり…大さじ1

天かすと大葉の量は、お好みで調整してください。ちなみに我が家は青のりも加えます。作り方のポイントは、天かすのさくさく感を残すこと。混ぜ合わせる時間を短くし、できたらすぐに食べること！ 麺つゆの味が染みた天かすが良いアクセントになっており、ヤミツキになります。お忙しい方やいつものおにぎりに変化を加えたい方におすすめですよ。



TT Times・編集室

～あとかき～

不自由な生活も2ヶ月あまりとなります。特に首都圏、関西地区の皆様におかれましては、緊急事態宣言の解除が待ち遠しく感じるのことかと思えます。第2波、第3波も予想されており、世界中で一日も早く終息することを祈るばかりです。

ストレスがたまりご苦労も多々あるかとは思いますが、心穏やかに、一緒に前を向いてまいりましょう。

(つちや)



ソニー生命保険株式会社

仙台ライフプランナーセンター第2支社
ライフプランナー 土屋 敬
〒983-0852 仙台市宮城野区榴岡4-2-3
仙台MTビル15階 TEL 022-296-5472
携帯 090-9538-2463



ホームページもご覧ください。**土屋 敬**で検索！

(SL2305-3630-4951)