

# TT Times



## いつもお世話になっております。

秋の訪れを感じる頃となりましたが、いかがお過ごしですか？

先日、仕事の仲間から『咲顔』という言葉を教えてもらいました。「咲」という字は、通常“花が開く”の意味で使われていますが、もともとは「笑」の古字とされ、“笑う”の意味があるそうです。顔に美しい花がぱっと咲いたような状態＝咲く顔で、『咲顔(えがお)』。とても素敵な言葉ですよ。

コロナと共存する生活は、しばらく続きそうです。長期戦だからこそ、たくさん笑い、しっかり食べ、そしてよく寝ること。みんなで一緒に乗り越えていきましょうね。



### 目次:

季節の祭事 : 「秋味」	1
社会の豆知識 : 「驚異の防臭袋」	1
チヨイ読みコラム : 「5羽のカモメ」	2
生活コラム : 「五分刈り」	3
自然の豆知識 : 「生きた化石イチョウ」	3
食べ物コラム :	4
「千切りキャベツは日本の文化」	
オススメグルメ: 「フィッシュフライバーガー」	4
あとがき	4

### 【季節の祭事 : 秋味】

秋になって産卵のために川をのぼる鮭のことを、秋を代表する味の意味をこめて秋味と呼びます。鮭の身は赤いですが白身魚です。赤い色素を持つエビなどを餌とするため、身が赤くなってしまうのです。川で生まれた鮭は、広い海を旅しながら成長し、産卵の時期に生まれた川に戻ります。



### 社会の豆知識 : 「 驚異の防臭袋 」

わが家では、生ゴミは小袋で縛って密閉ゴミ箱に捨てていますが、ゴミ箱を開ける度に、生ごみ特有の嫌なニオイが気になります。切っても切れないニオイ問題。とっていましたが、解決してくれるすごい袋があったんです。

教えてくださったのは、1歳児のお子様がいるお客さま。医療向け開発から生まれた防臭袋だそうで、袋の見た目はいたって普通のビニール袋。サイズは数種類ありますが、防臭のためには袋の口をしっかり止めないといけないので、通常のビニール袋に比べて少し縦長にできています。

この防臭袋、なんと赤ちゃんのおむつを入れても一週間程度なら匂いが外に漏れないんです！ 驚きですよ。わが家では生ゴミに使用するようになりましたが、おむつやペットシートなどにも最適。

1枚あたり10~12円と、普通のビニール袋に比べるとかなり高級な袋ですが、ニオイストレスから解放されると考えると、高くはないかも。これなら密閉ゴミ箱も要らないし…。しばらくゴミが捨てられないときや外出の時など、ニオイが漏れないというのはすごい安心感。カバンにも1枚入れておけば安心です。インターネットで「驚異の防臭袋」と検索すると出てくるそうですので、ニオイでお悩みの方は調べてみてくださいね。



**チョイ読みコラム : 「 5羽のカモメ 」**

5羽のカモメが防波堤にとまっている。  
そのうちの1羽が飛び立つことを決意した。

残っているのは何羽だい？

..... 4羽です。

そうじゃない。  
5羽だよ。

いいかい？

誤解されがちだが、決意そのものには何の力もないんだ。

そのカモメは飛び立つことを決意したが、翼を広げて空を舞うまでは防波堤にとまったまま。  
残りのカモメとどこも変わらない。

人間だって同じだよ。

何かをしようと決意した人と、そんなこと考えてもいない人とでは、何の違いもないんだ。

ところが人は、他人のことは行動で判断するのに、自分のことは決意で判断することがよくある。

しかし、行動を伴わない決意は、期待してくれている人に対する裏切りでしかない。

「明日からやろう」と7回言えば、1週間が過ぎる。

「来週からやろう」と4回言えば、1ヶ月が過ぎる。

今日、何もしなければ、明日は今と同じところから始めなければいけません。  
だけど、今日一つすれば、明日は一つ進んだところから始めることができますよね。



**動かなければ、何も始まらない。**

夢も希望も理想も、現実へ変換させる第一歩は  
動くことだと思います。  
多くの人が、その一歩を先延ばしてしまう。

今を有意義にできない人が、  
どうして明日から有意義になれるでしょうか。

今、動くと決めることが大事なんです。  
「これまで」ではなく、  
「これから」どこへ向かいたいたかが問題なんですよね。

## 生活コラム：「五分刈り」

50歳以上の男性なら、一度くらいは五分刈りの経験があるのではないのでしょうか？ 今では考えられませんが、「男子は五分刈り」と校則で決まっていた中学校もありました。私も人生で3回、五分刈り経験があります。その五分刈りが嫌で嫌でたまらず、中学校も高校も部活を辞めたくらいです…（根性無しでゴメンナサイ）。

ところで、「五分刈り」の長さって知っていますか？  
百科事典を引いてみると

1厘刈り：0.5mm    5厘刈り：2mm    1分刈り：3mm    3分刈り：6mm  
5分刈り：9mm

と書いてあります。

ちなみに、こうした何分刈りという言葉が通じるのは関東以北の方で、西日本の多くでは全く通用しません（驚）。西日本での言い方は、

1枚刈り：2mm    1枚半刈り：3mm  
2枚刈り：5mm    3枚刈り：7mm

理容師さんでも、関東以北で修行した方は知らない人が多いとのこと。こんなことなら、刈り込む長さも「ミリ」で注文するようになれば間違いはないですね。ちなみに私は、理容師さんに「伸びた分だけ切ってください」とお願いしています（笑）。



## 自然の豆知識：「生きた化石 イチョウ」

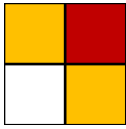
私たちにとって馴染み深く、とても身近なイチョウ。実は「生きた化石」といわれるほど、貴重な存在であることをご存知ですか？

イチョウの起源は、恐竜のいた時代よりもずっと前。約2億年前には世界中にたくさんの種類のイチョウが分布していたと考えられています。その後、様々な気候変動を経て、現在確認できる原種は中国に生育する1種類のみ。それが日本に伝来し（鎌倉時代からそれ以前とも。諸説あり）、日本各地に広まっていったそうです。しかも驚くことに、太古のイチョウも現在のイチョウも、その姿はほとんど変わりが無いとのこと。恐竜ですら絶滅してしまったのに、姿を変えずに太古の時代から生き続けるイチョウ。たくましいですね！

右の写真は、昨年秋に友人が三神峯公園（仙台市太白区）で撮影したものです。よく見ると、葉が美しいグラデーションに。黄色の葉も美しいですが、黄葉の途中も鮮やかですね。私はイチョウの実・ぎんなんを肴に日本酒をいただくのが大好きです（笑）。







## 食べ物コラム：「千切りキャベツは日本の文化」

我が家のキャベツの消費量は、恐らく一般のご家庭の倍以上ではないかと思えます。千切りキャベツ、キャベツのお浸し、キャベツと塩昆布を揉んで漬けるパリパリキャベツ、にんにく味噌をつけて食べるぶつ切りキャベツ、キャベツを大量に入れたお好み焼き&たこ焼きなど…。ほぼ毎日のようにキャベツを食べています。

キャベツのメニューの中でも私が一番好きなのは、千切りキャベツ。最近思うんですけど、「千切り」って日本人らしい独特の調理法ですね。海外にも千切りに近いカット法はありますが、千切りほど繊細ではありません。キャベツの千切りも大根のツマも、メインの料理を支える脇役です。それなのに、ここまでのこだわりがあるなんて、いかにも日本らしい。

生野菜を食べる文化の無い中国の方は、日本に滞在することで「千切り」が好きになると言いますし、韓国の方も初めて「千切り」を見たときは驚くと言います。普段何気なく食べている千切りキャベツですが、実は奥の深い食べ物なんですね。ちなみにピーラーやスライサーでカットしたものより、包丁で切ったものの方が断然美味しく感じます。おそらく切り口にヒントがありそうです。近々調べてみます！



## 土屋敬のおすすめグルメ：「フィッシュフライバーガー」

何を隠そうフィッシュバーガーが大好き。ハンバーガー全体で考えても一番好きです。大手ハンバーガーチェーンのフィッシュバーガーも美味しいですが、一番のお気に入りには、名古屋に本社を置く喫茶店チェーンの『フィッシュフライバーガー』。子どもの帽子くらいのおおきさで、サクサク衣の白身魚フライとチーズ、シャキシャキの玉ねぎ、そしてキャベツの千切りがたっぷり。タルタルソースも絶妙です。

この店の名物は、熱々のデニッシュパンの上に冷たいソフトクリームがのったスイーツなので、『フィッシュフライバーガー』を食べたことのある方は、意外と少ないんですよ。こちらの店では「きちんとした食事」としてバーガーやサンドウィッチ類を楽しむことができます。ぜひ一度、お試しください。



## TT Times・編集室

～あとがき～

7月19日から人生最後のダイエットに挑戦しております。9月10日時点で、マイナス8キロの減量に成功しております。あと3.5キロが目標で、トータル11.5キロの減量に挑戦中。運動は全くせずに糖質を制限しているものとなります。ビールは毎晩飲みたいので、晩酌のツマミとランチで一工夫。食べず嫌いだった鶏肉（ササミや胸肉）も、糖質ゼロのサラダチキンは克服して週に3回くらい食べております。人は変れるものですね……。リバウンドしないように気を付けたいです。

(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！

(SL2309-3630-7503)