



TT Times 2022



感謝 新年

新春を迎え、皆様方のご多幸をお祈り申し上げます

今年の干支は「壬寅」(みずのえとら)

謹んで、新年のご挨拶を申し上げます。本年もどうぞ宜しくお願い致します。昨年も一昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症の影響で大変な年でした。そして、世界中で大きな変化のあった一年でした。時代の変り目のような雰囲気さえ感じることが出来ます。

今年の干支は、「壬寅(みずのえとら)」。「壬寅」は、冬が厳しいほど春の芽吹きは生命力に溢れ、華々しく生まれる年になるというイメージがあるそうです。

壬寅(みずのえとら)の「寅」という字は、元々は「イン」と読んでいました。「イン」は草木が伸び始める状態を表しているとされています。そこから寅年は「才能や運気が芽吹き、新しい成長が期待できる」年といわれており、物事の成長が期待できる年だといえそうです。

ちなみに60年前の「壬寅」(1962年)の出来事は、東京都が世界初の1000万人都市となったことです。今年も、生命力にあふれ、新しい成長に期待する一年にしたいものですね。一年間どうぞ宜しくお願いいたします。

目次:

季節の祭時:「鶴と松」	1
生活の豆知識:「あったか寝袋毛布」	1
心の栄養をあなたに:「進くんの請求書」	2
社会の豆知識:「軌道修正をする月」	3
こだわり食べ物:「安い肉を高級ステーキに」	3
生活の豆知識:「トーストは魚焼きグリルで」	4
おすすめスイーツ:「玉響(たまゆら)」	4
あとがき	4

【季節の祭時 : 鶴と松】



正月や祝いの席でよく目にする鶴と松。見慣れているためか、あまり気に留めない方もいらっしゃるかもしれません。鳥類のなかでは長命の鶴は、慶事の鳥として知られ、松は冬でも緑が生い茂るため、不老長寿のシンボルです。新年を迎えるのに最適な組み合わせですね。

生活の豆知識 : 「『あったか毛布寝袋』が必需品」

♪こんな寝袋ほしかった！すっぽり包まれ、寒さ知らず♪

♪すっぽり入れるあったか毛布寝袋！♪

なんだかテレビ通販のMCのような感じになっておりますが、この冬から「毛布寝袋」を愛用しております。タオルケット大好き人間の私にとっては、タオルケットを介さずに直接「毛布」に触れるなんて信じられないことではありますが、背に腹は代えられないので、この毛布寝袋を使っております(笑)。

とにかく寝相が悪い私。掛布団や毛布がはだけ、寒さに震えて目が覚める夜中の2時。寝返りした拍子にはだけてしまうのでしょう…。そんな悩みを一発解決してくれたのがこれ！袋状なので動いても周囲にすき間ができず、冷気の侵入を防ぎやすいです。内側全体が暖かなボアなのうれしい限り。理想は、「タオルケット寝袋」があって、それに入った状態で、毛布寝袋に入る二重の体制がベストなのではありますが、ないものは仕方ないので毛布にくるまれて寝ております。真冬は、「毛布寝袋」+「毛布寝袋」のあったかの二乗で乗り切りたいと思います。寝相の悪い方は是非「毛布寝袋」をお試し下さいね…。



心の栄養をあなたに・・・：「 進くんの請求書 」



何気ない毎日の中にはたくさんの学びがあったり、気づきがあったりします。

小学5年生の進(すすむ)くんはある朝、これまでずっと計画していたことを実行に移しました。

お母さんは朝ごはんをつくっています。

進くんはそっと近づいて後ろからお母さんに抱きつきます。

「お母さん大好き」。何度も繰り返します。

びっくりしたお母さんが「何かお願いでもあるの?」と聞くと

「手紙を書いたから読んで」と、進くん。

その後、忙しく家事に追われていたお母さん。

手紙のことを思い出して進くんの部屋に行くと、封筒に入っていたのは、なんと「請求書」でした。



『①犬の散歩代100円、②弟の面倒を見たときの遊びの代金100円、③皿洗いのお手伝い100円、④庭の落ち葉拾い100円、⑤留守番代100円、合計500円』

この請求書のおかげで進くんは500円を手に入れました。

すると翌朝、お母さんから「学校に行く前に手紙を読んでね」と言われます。

お母さんからの手紙も同じく「請求書」でした。

『①赤ちゃんの頃飲んだおっぱいの代金 ただ
②病気をした時の看病・お薬代 ただ
③鉛筆・ノート・学用品代 ただ
④洋服代 ただ
⑤生まれてからこれまでのお世話代 みんなただ。
進さまへ、お母さんより 』



この請求書を見て進くんは、お母さんの深い愛情を知りました。

これまで育ててもらったこと、守ってもらっていたこと、大切なことに気づきました。

その日、進くんの「行ってきます」という声は、いつもより2倍も3倍も大きかったそうです。

社会の豆知識：「正月とは自分の軌道修正をする月」

正月の《正》という字、辞書で引くとすると「何ヘン」で引くと思いますか？やさしい字だから改まって引いたことがないですね？昔の漢和辞典では、「止」というヘンで引きます。《正》というのは、「一に止まる」ということです。それでは、一とは何でしょう？

一とは原点、一とは自分、一とはこのわたしのことです。自分が人間としての原点に止まる、それが《正》。自分が人間としての原点を守る、それが《正》。自分が自分の原点に立ち帰る、それが《正》。

自分が自分の原点に立ち帰り、自分が自分になる月。それが正月なんですね。自分が自分になるということは、人間としての、本来の自分になること。本来の自分とは、損得や勝ち負け、お金の有る無し等を比べることをやめた自分、それが本来の自分です。普段の私たちの現実生活は、いつも損得、勝ち負けという「比べっこ」に振り回されているから、一年に一度、そういう世間的な「比べっこ」をやめて本来の自分に帰ろうというのが正月です。

正月になると、お寺によっては「修正会（しゅしょうえ）」という行事をします。「修正する会」と書きます。昨年やってきたことのあやまち、失敗を反省し、同じことをくり返さないように、自分の原点に立ち帰って、自分の生き方の軌道修正をする。そして、自分のことばかりではなく、世の中の平安や世界の人々の幸せを祈願するわけです。

自分の原点に立ち帰って、自分の生き方の軌道修正をする正月。皆さんはどんなお正月をお過ごしですか？



こだわり食べ物：「安い輸入牛肉を高級ステーキに変えるヒミツ」

糖質ダイエットを始めた2年前からステーキを食べる機会が増えました。理由は、塊肉は太りにくいとされているから。大手のステーキチェーン店にも行きますが、自宅でステーキを食べる機会も増えました。輸入牛肉は、特売日だと100グラム200円～300円程度で、手が出しやすくなっております。そんな特売牛肉を高級ステーキ並みに近づける方法がこちら。



- ① 焼く30分前には冷蔵庫から出して肉を室温に戻す。
(外部と内部の焼きムラをなくすため)
- ② 牛肉の表面(片面)に一つまみの砂糖をパラパラッと振りかけ、そのまま放置(内部に浸透させる)。
- ③ 筋切りをしておく(筋に包丁を垂直に入れ、2～3センチ間隔で約1センチの切り込みを入れる)。
- ④ 焼く3分前に塩コショウを振りかける(塩コショウを内部に浸透させないように約3分前に振りかける)
- ⑤ 表になる部分を下にして強火でジュッと焼く。2分ほど焼いたらひっくり返して2分ほど焼く。

※ひっくり返すのは1回だけ！！

このように、下準備を万全にして、上記の要領で焼けば、肉の値段に関わらず美味しいステーキが食べられます。初めてステーキを食べたのは小4の12月(両親のボーナス支給後)。忘れもしないのは場所と値段。山形ワシントンホテルの『ガスライト』で一人4千円のステーキを食べました。約40年前で4千円ですから、今なら1万円程度なのではないでしょうか……。子供の頃の良い思い出ですね。

生活の豆知識：「トーストは魚焼きグリルで焼くと美味しい」

「トーストはオーブントースターで焼くもの!」。これは、いまさらいうまでもない調理の常識ですが、他にもおいしく焼く方法があるんです。

我が家では、魚焼きグリルを使います。魚焼きグリルはコロッケなど揚げ物の温め直しにも使えますが、実はトースターとしても有能なんです。

専門家によると、魚焼きグリルは家の中で一番高温になる調理家電なのだそうです。遠赤外線パワーのおかげで、高温&スピーディーに焼くことができ、外側はさっくり、中はふんわりと仕上がるのです。トースターよりも高温で熱するので、短時間でこんがり焦げ目がつき、トーストを美味しく焼くにはもってこいなんですよ。

皆さんの中には、「魚を焼いたニオイがパンに移ったりしないのだろうか?」と気になっている人もいます。ご安心ください! 実はニオイが移る心配はないのです。そのヒミツは、水蒸気。加熱中は食パンの中の水分が勢いよく蒸発して出て行くため、水蒸気がガードマン役となってニオイを寄せ付けない仕組みなんです。そのため、火を止めたあとはすぐに取り出すことが肝心!! チルドピザなども美味しく焼けるので、ぜひ一度お試しください。



土屋敬のおすすめスイーツ：「乃し梅チョコ【玉響(たまゆら)】」

山形銘菓「乃し梅(のしうめ)」をご存知ですか? 「乃し梅」は、山形県村山地方の完熟梅と砂糖、寒天だけで仕上げた昔ながらの山形銘菓です。上品な甘酸っぱさで、私も大好きです。その「乃し梅」の元祖・本家と云われるのが、1821年創業の『乃し梅本舗 佐藤屋』。現在も職人さん達の手でガラス板に一枚ずつ流し込まれ、丁寧に丁寧に作られています。元々は江戸時代に気付薬として重宝され、現代もクエン酸を多く含む健康食品として、高く評価されています。

そんな「乃し梅」を使った新たなお菓子が今回ご紹介する『玉響(たまゆら)』。八代目の代表作です。バターを使用せず、白餡と寒天を使って固めた和の生チョコに「乃し梅」をのせた、濃厚チョコレート菓子です。石畳のように並ぶ乃し梅の模様は個性豊かで美しい。お茶はもちろん、赤ワインやブランデー等のお酒とも相性が良いちょっと大人の和スイーツです。いつもお世話になっているあの方への贈り物に、またご自身へのご褒美スイーツにもおすすめです。



TT Times・編集室あとがき

「お花は人を笑顔にする」との論文がアメリカで発表されました。花束を受け取った女性の全員が笑顔になったのに対し、果物やお菓子のバスケットを受け取った女性は10%が、キャンドルを受け取った女性の23%が笑顔を見せてくれなかったという結果だったそうです。1月～3月は、花贈りのチャンスがいっぱいあります。1月31日は「愛妻の日」、2月14日はフラワーバレンタイン、3月14日はホワイトデー。100%の女性が笑顔になる「花束」を奥さまや彼女、お母さん、姉妹に贈ってみてはいかがでしょうか…。きっと素敵な1年のスタートになりますよ。(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



新しくなったホームページもご覧ください。
土屋 敬で検索!

<http://lifeplanner.net/doyakei/>

