

いと一健向院便り

2019年
1月号

2019年がやってきました。本年もよろしく願い申し上げます。今年の干支の動物は、起源である中国ではブタなのですが、日本ではご存知の通りイノシシです。理由は、調べてみると結構単純ですよ。



2019

きれいな姿勢は健康のシンボル。

姿勢を改善して、いつまでも若々しい身体づくりを目指しませんか？

あなたが健康でいつまでも夢が追いつけられる元気な身体となるよう当院にお手伝いさせていただきます。

いと一健向院 院長：伊藤輝夫 住所：愛知県岡崎市宇頭町東山1-79

TEL：0564-32-3111 営業時間：9時～20時 定休日：日曜日

HP：<http://www.yoishisei.jp/> Mail：life110@qc.commufa.jp

年末年始12月30日～1月3日まで休業しますが、それ以外は、祝日、ゴールデンウィーク、お盆も営業しています。



ポチ袋のポチってなあに？



子供にとってお正月の楽しみと言えばお年玉ですね。お年玉を入れるお年玉袋、別名「ポチ袋」と言いますが、「ポチ」って何なのでしょう？

まず、ポチ袋の起源からご紹介します。諸説ありますが、ポチ袋は芸妓さんや舞妓さんにバツけて渡すお金を入れる時に使われていた袋、いわゆる「祝儀袋」になります。その袋に関西の方言でバツけや祝儀の意味を持つ「ポチ」という言葉が付いて、ポチ袋と呼ばれるようになりました。

また、「ポチ」には他に「小さな」「こぼつち」という意味があり、渡す人の「少ないけれど」という控えめな気持ちを表現しているとも言われています。

ポチ袋には1万円未満のお金を入れるというのが一般的でそれ以上の金額の場合はご祝儀袋を使うのが望ましいそうです。

ささやかな感謝の気持ち、思いやりの気持ちを形にして伝えることができるポチ袋。現在はデザインも多種多様なので、思いを表現できるデザインを選んでみてくださいね。



鶏むね肉のピカタ



一口サイズの食べやすい一品。おつまみにもぴったりです。



★材料(3人分)

鶏むね肉 … 1枚 にんにく … 1かけ 塩こしょう … 少々 酒 … 小さじ1
薄力粉・片栗粉 … 各大さじ1 卵 … 1個 粉チーズ(パルメザン) … 大さじ1

★【ケチャップ … 大さじ5~6 中濃ソース … 大さじ1 砂糖 … 大さじ1 バター … 5g】

★手順

① ★の調味料を全て耐熱皿に入れて、600wのレンジで約1分加熱し、取り出して混ぜ合わせておく。鶏むね肉の皮と脂肪を取り、一口大の大きさに切る。切り分けた鶏むね肉に、すりおろしたにんにくと塩こしょう、酒を絡めてしばらく置いておく。



②キッチンペーパーで鶏むね肉の水気を取り、薄力粉と片栗粉を混ぜたものをまぶす。卵を割りほぐして粉チーズを混ぜ合わせたものに、鶏むね肉をくぐらせる。



③サラダ油を熱したフライパンに鶏むね肉を並べて中火で焼く。焼き色が付いたらひっくり返し、フタをして弱火で3分ほど焼く。お皿に盛り付けて、★の調味料で作ったソースをかけて出来上がり。



日本を代表する詩人「北原白秋」

北原白秋といえば、「邪宗門」や「桐の花」で有名な詩人。詩人としてだけでなく、歌人や動搖作家としても多数の作品を残しています。

明治18年1月25日、商家を営む北原家の長男として生を受けた白秋は本名を隆吉と言います。

福岡県柳川で育った白秋は、郷土愛が強かったことでも有名です。弟や従兄弟も出版社やアトリエを創業しており、文学に造詣が深い人が身近に沢山いました。

詩人として有名ですが、私達の身近にあるのは白秋が作詞した童謡のように思います。中でも有名なものは、「あめふり」や「ゆりかごのうた」。繰り返しも多用した軽快な歌詞は、大人が作ったとは思えない無邪気さがあります。

情感ある詩と童謡の優しい歌詞から、白秋の豊かな感受性を感じることができますね。

