

一月十一日マカロニサラダの日

マカロニの形が数字の「1」に似ている、1月11日は1が3つ並ぶことから、「マカロニサラダの日」。サラダや惣菜のメーカー、デリア食品株式会社が制定しました。マカロニサラダの魅力をもっと広げようというのが制定の目的です。マカロニサラダを作るコツを紹介しましょう。「マカロニは1分長くゆでる」「マカロニが温かいうちに薄切りの玉ネギを加える」「キュウリと玉ネギの水分はしっかりと絞る」「マカロニが冷めてからマヨネーズを加える」「牛乳や酢を少々加える」の5つです。そして、作りすぎが残ったマカロニサラダは、リメイクするのがおすすめです。

です。牛乳と薄力粉、バターでホワイトソースを作ってかけ、溶けるチーズをのりかけてオーブンで焼けばグラタン風になります。また、餃子の皮で包んで揚げれば、ちょっと変わった餃子になど、アイデア次第です。さて、サラダに関係した記念日として、3月1日は「マヨネーズの日」でもあることから、「マヨネーズの日」。10月10日はポテト（POTATO）の「TATO」が「1010」をイメージすることから、「ポテトサラダの日」となっています。

この日、何の日？

マカロニの形が数字の「1」に似ている、1月11日は1が3つ並ぶことから、「マカロニサラダの日」。



1月11日 マカロニサラダの日

笑門 来福



日々楽々をご購読の皆さまに恒例のビンゴを始めます。昨年当選されました方、おめでとうございます。今年もお楽しみに！！
今回も、発表数字7個+1個。プラス1個は、新聞の中に掲載いたします。毎回お見逃しなくご覧ください！

景品は奥様に好評な家事の必需品『洗剤セット』

当選数は8人までとさせていただきます。

※ 当選数に達した時点で終了となります
先着順になりますので、お早いご連絡をお願いします。

ビンゴカードは一軒あたり一枚発行のみとさせていただきます
ビンゴになった方は、事前に弊社にご連絡上、受け取りに来てください。
取置き・郵送・配達等は致しません。ご了承ください。

12	18	41	47	74
1	20	32	46	63
10	24	F	50	72
6	16	45	52	61
8	27	38	48	68

2024年
第1回目の数字は・・・

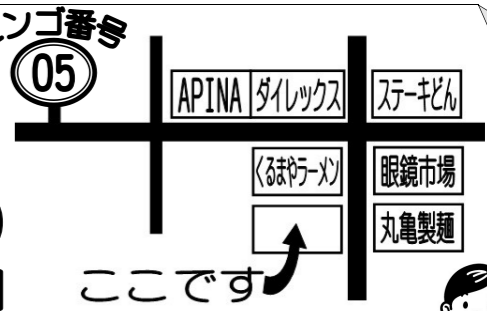
43・39・20・18・60・50・54・?・?・?

お正月企画として
もう2つ発表!!

リフォームもできる身近な水道屋さん
浅間設備工業株式会社
☎ 0267-67-4130
FAX 0267-68-5831

E-mail info@asamasetubi.co.jp
http://www.asamasetubi.co.jp

住所 佐久市岩村田住吉町159-3 (佐久I.C東信号横)



にこにこ新聞

日々楽々

2024年 1・2月 第124号

水質汚染の大きな原因として、生活排水が挙げられています。環境のために水を汚さない暮らしを習慣づけたいものです。小さなことでも、ひとりのひとりが意識すれば、大きな成果につながるはずです。

下です。漂白剤は汚れをすっきり落とすのに使いますが、使いすぎると環境に悪い影響を与えます。その点、熱消毒なら安心です。たとえば、布巾なら80℃くらいの熱湯で10分程度加熱し、アイロンをかけることで、除菌効果が期待できます。

てみましょう。入浴後、湯を抜くときに湯船をなでるようにして流すだけで、浴槽がすっきりきれいになります。浴槽用の洗剤を使わずに済みます。



「水を汚さない暮らし」

まず、食器についた油污れをそのまま流さないようにしましょう。新聞紙やウエスなどで拭きとってから洗う習慣を。このとき、新聞紙をくしゃくしゃにして使うと、汚れが落ちやすくなります。

食器洗い機を使っている場合は、洗剤は控えめに。湯を使って洗い、乾燥時に除菌もしてくれる食器洗い機なら、強い洗浄力のある洗剤はそれほど必要としません。環境のためにも活用したい道具です。

一度袖を通したらからと、それほど汚れていなくても洗濯していませんか？衣類は毎回洗わなくてもOKです。汗をかいたり汚れがついたりすれば当然洗えばいいのですが、それ以外は陰干しするなどで十分なことも。気になるときは霧吹きをかけて陰干しすると、すっきりします。洗濯の回数を減らすだけでも、環境に大きく配慮できます。

最後に、マイクロプラスチック（繊維くず）対策をしましょう。化学繊維の衣類などを洗濯すると、マイクロプラスチックが排水と一緒に流れ出ます。綿や麻など、自然素材の衣類やタオルなどを意識的に選ぶことも大切です。

ソファにおしりがくっついた

ると、なかなか立てないんですね。それくらい心地よいソファでなんですが、つついすべきことが後回しになってしまいます。(美香子さん/57歳)

主婦のつぶやき

リビングにソファを置いています。朝起きたら、家事が一段落したら、帰宅したら、おやつタイムに……。一日に何度も、ソファに腰を下ろします。一旦ソファに座