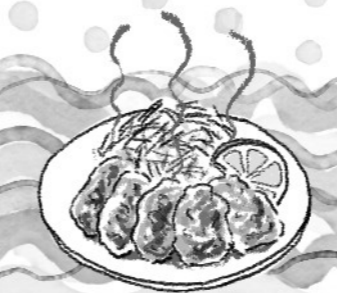


# 十一月二十一日カキフライの日

11月はちょうどカキがおいしくなる時期であること、21日が「フ(2)ライ(1)」と読める語呂合わせで、11月21日は「カキフライの日」。香川県三豊市に本社のある、株式会社味のちぬやが制定しました。カキは「海のミルク」と呼ばれるように、栄養たっぷりの食材。そんなカキをたくさんの人に食べてほしいというのが制定の狙いです。

食用のほう加熱用よりも新鮮ということではなく、生で食べるのに適しているかどうか。加熱用はぷっくり太っていて味が濃く、カキフライなど、加熱して食べる向きに向いています。さて、カキフライを作るときのコツは2つ。カキは洗ったあと、キッチンペーパーで押さえ、ひだの中の水気も吸い取ることで、揚げたときのハネを防げます。また、一度に多く揚げないことも大切。170〜180℃の油で、2分半から3分を目安に揚げます。



11月21日 カキフライの日

## この日、何の日?

あります。生食用は各県が定めた海域で獲れたもので、無菌化した海水に数日漬ける「浄化」という工程を経ていきます。一方、「加熱用」は河口近くで養殖され、浄化は行いません。生

## お知らせ!

カレンダーが出来上がりました。

予定などが書き込める大変便利なカレンダーです。(B3サイズ) 近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄り頂きお持ちください。

数に限りがあります。お早めに!!

1家庭につき1部とさせていただきます。

規定数に達しましたので**ビンゴ終了**です。

ビンゴカードを当社までお持ち頂くと**粗品をプレゼント!!**

## 確認してください

そろそろ冬支度の時期!! 凍結防止帯コンセントの挿込み具合を**点検確認して見てください。**

暖かい日や庭片付けの時に**点検確認**をしておけば、**差し忘れや抜けているところを確認**できますよ!

配管が凍結すると思わぬところが凍結破裂してしまい、修理が大変になってしまいます。毎年修理の事例があります。**早めの確認をお願いします。**

## 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

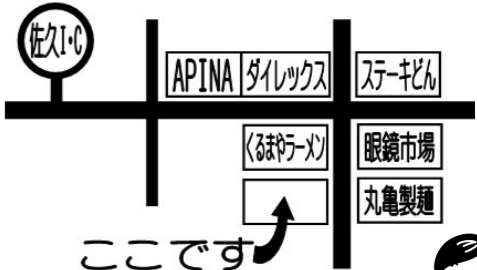
☎ 0267-67-4130

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)



ここです

お気軽にお越しください



にっこり新聞

# 日々楽々

2024年 11・12月 第129号



## 「人と人がつながる、小さな図書館」

兵庫県の北部、豊岡市にある「本と暮らしのあるところ だいかい文庫」は、図書館兼ブックカフェ。JR豊岡駅から続く商店街にあり、ガラス張り入りやすい雰囲気で、オーナーは31歳の医師、守本陽一さん。守本さんは医師の仕事を通して患者と向き合いますが、病院で治療するだけでは解決できないと痛感します。それは孤独や生きがいのなさなどが病気とつながっているから。孤独はうつ病や依存症を起しやすく、健康を損ないます。実際、イギリスのある医師は「薬ではなく、人とのつながりを処方することが必要」と訴えています。守本さんは強く共感します。

また、守本さんは高校生のときに母親を亡くしています。しらく寂しい日々、家族や友人が寄り添ってくれ、元気になったそうです。そんな経験から、だれでも受け入れられるような「コミュニティの必要性を感じ、オープンに至ったのです。だいかい文庫は私立の図書館で、登録料の300円を最初に支払うと、本を無料で借りることができます。本棚に並ぶのはさまざまなジャンルの本。「1箱本棚オーナー」が月額2400円で棚を借りて、それぞれおすすめの本を並べます。「小さな個人図書館」がいくつもあるイメージです。オーナーは現在約90人で、年代や職種はさまざま。個人もいれば、法人の棚もあります。

公共の図書館の場合、飲食や会話はNGですが、だいかい文庫は自由に過ごしてOK。カフェでドリンクを楽しみながら読書してもいいし、隣に座った人とおしゃべりするのでも。気軽に立ち寄り、60代のある女性は数年前に東京から実家の豊岡市に戻ってきました。だいかい文庫のことを知ってさっそく、本棚のオーナーに。月に1回、ボランティアで店番もしています。日々、両親の介護で忙しい彼女ですが、だいかい文庫に立ち寄るのが息抜き。店番をしているとき、同じように介護経験を持つ人と知り合い、情報をもらったり元気をもらったりもしたそうです。知らない人のほうが話しやすいことが多く、話すことで気持ちが楽になったと彼女は言います。

## 子どもとの距離感 いい感じ

てくると生活のペースが乱されるので、「早く自分の家に帰れば…」と願うくらい。冷たいかなと思うときもありますが、いい距離感ですよね! (明子さん/59歳)

## 主婦のつぶやき

息子がひとり暮らしをはじめて約10年。最初は寂しく、彼の帰省を心待ちにしたものですが、今は慣れて、夫婦2人の暮らしが心地いい。たまに息子が帰っ