

# 結女だより



2021年5月1日発行

©企業組合ワーカーズ・コレクティブ結女

西東京市泉町3-15-28

電話042-425-3800

## 蜂蜜の話

蜂蜜は発酵食品です。驚きですね。

ミツバチがとってきた花蜜は、蜂から蜂へ口移しで受け渡されます。

それは六角形の蜂の巣に詰められ、花蜜は蜂蜜となります。

それを蜜蝋でふたをして熟成させます。ここでどンドン発酵するのだそうです。

蜂はそれを羽で仰いで水分を飛ばして濃縮させてあのトロトロの蜂蜜が完成。

蜂の食糧でもありますが、人間もいただいていますね。

蜂蜜の効果には

- 1、疲労回復効果
  - 2、殺菌効果でウイルス対策！
  - 3、美容にも効果的！保湿効果高い栄養価
  - 4、ダイエットにも効果的！
  - 5、二日酔いや花粉症にも！
- などがあります。

自然がくれた家庭医薬品と言われるそうです。

進んで摂っていきましょう。

(ボツリヌス症の不安があるので、1歳未満の赤ちゃんには食べさせないでください)

## 《五月 思い出の味》

5月の美味しいものは、天日干しにされた天然の春わかめです。

干した形そのままの板状のものや、もみわかめとなっているものがありますが、いずれもそのまま食べることができ、磯の香りが炊き立ての白いご飯にとても合います。

板状のものは、以前は菰（こも）の上にわかめの姿そのままに広げて、砂浜で天日干しにされていました。

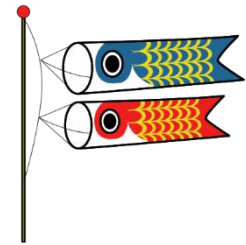
歳を取るたび、育った土地の味を思います。結女だよりをご覧の皆様もそうでしょうか？

そして、皆様のこの季節の美味しいものはなんでしょうか。

コロナ以前、5月の連休に蔵王に行きましたが、まだ雪があり春スキーができました。その時の思い出の味は、アツアツの味のしみた玉こんにゃく。

まだまだステイホームですが、予防接種が終わり、コロナが収束したら、美味しいものを食べに行きたいですね。

# 〔ひとことコラム〕



お昼ご飯を食べながら出てきた話を  
少しご紹介します

眠れないとき誘眠剤はよく聞くところですが、経験上ちょっと・・・とっていました。自然界のものはないか・・・と思っていたら、蜂蜜が良いそうです。蜂蜜と言っても非加熱のもので、蜂蜜240gに大匙1のリンゴ酢を混ぜたものを必要に応じて飲むのも良いとのこと。ちなみに働き蜂が一生のうちに作る蜂蜜の量は、スプーン1杯だそうです。

立春を1日目として数え、八十八日目にあたる八十八夜。通常は5月2日、うるう年なら一日遅れの5月3日に当たる日本のみ存在する雑節と呼ばれる昔からの行事です。

♪夏も近づく八十八夜～という茶摘みの歌でも知られていますよね。

因みに、八十八夜の日には摘み取られた新茶は非常に上質とされていて、昔から不老長寿の縁起物として重用されてきた歴史があります。

新緑の5月に芽吹いたばかりの若い茶葉を摘み取って作った新茶は爽やかな香りと風味が特徴です。



みどりの日は元々、旧天皇誕生日の4月29日だった記念日です。

みどりの日が昭和の日と改名された事に伴って、2007年から5月4日となった国民の祝日が現在の『みどりの日』です。

因みに、旧天皇誕生日が平成になってからみどりの日となったのは、昭和天皇が大変植物に造詣が深く自然を愛された方だったからだそうです。

現在、5月4日に記念日が移った後も国公立の公園が無料開放され、自然に親しめる様々なイベントが行われています。

掃除の日って知っていますか？5と3の語呂合わせの「ゴミ」と「護美」を由来とした記念日となっているのがこの掃除の日。ゴミを減らして環境を護ることを、改めて考え直しましょう、という思いが込められています。すがすがしい季節に大掃除をしてみませんか？