

結女だより



2021年9月1日発行

©企業組合ワークーズ・コレクティブ結女

西東京市泉町3-15-28

電話042-425-3800

9月1日は防災の日です

災害の発生に備えて食品の備蓄や懐中電灯を用意していると思いますが、缶詰やペットボトルの飲料水にも賞味期限があります。1年に1度、日付を確かめておくといいでしょう。懐中電灯の電池が切れている場合もあります。防災の日をきっかけに、備蓄してある食品を実際に食べてみるのはいかがでしょうか。

インスタント食品もずいぶん進化して、アルファ化米やレトルト食品などは味がとても良くなってきているようです。

非常食を食べる日を決めて、色々な食品を試してみるのはいかがでしょうか？

《九月 残暑》

残暑が厳しそうです。

このところの温暖化で、気温や雨量はなかなか予想ができません。

洪水や、酷暑は毎年のことになりそうです。

そこに加えて、コロナは落ち着く気配はなく状況は深刻です。

予防接種が終わっても安心はできないようです。

ウイルスは変異しています。

私たちにできることを日々行って行きましょう。

ステイホーム、手洗い、マスクは、予防接種をしても変わりなく行っていきましょう。

旬の食べ物は、季節によって体が必要としているものです。

食べることによって、体の内から、冷やしたり、温めたりして調子を整えています。

エアコンを上手に使い、旬の野菜をいただいて体を整え、残暑やコロナに負けずに過ごしましょう。

〔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

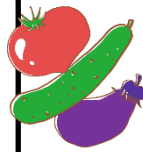
《干し野菜のススメ》

干し野菜というと、冬の切り干し大根がよく知られていますが、夏野菜を干すのもおススメです。

ナス、トマト、キュウリ、ゴーヤ、など完全には乾いていないセミドライの状態にします。太陽に当てることで、野菜の甘みが増して味が濃くなるそうです。

好みの大きさに切り、干しかごやザルで日差しの強い午前中に数時間〜一日干すだけ。

少し続けて作ってみようと思います。



東京パラリンピックが始まりました。

パラリンピックは、多様性のある共生社会の実現を掲げ、各地で独自の方法で採った火を集めて聖火とするそうです。

「パラリンピック聖火はみんなのものであり、パラリンピックを応援する全ての人の熱意が集まることで聖火を生み出す」というIPCの理念に基づいて、8月12日に全国各地で聖火のもととなる採火がスタートし、47都道府県から開催都市・東京へと送り出され、8月20日に迎賓館に集結されたそうです。

9月は夏と秋の境目とした季節にあたります。

日本では、旧暦9月を長月（ながつき）と呼び、現在では新暦9月の別名としても用いています。

長月の由来は、長い月夜「夜長月（よながつき）」であるとする説が有力です。

英語の月名『September』は、ラテン語で「第7の」という意味の「septem」に由来しています。

実際の月の番号とずれているのは、紀元前46年まで使われていたローマ暦が3月起算なので、3月から数えて7番目という意味だそうです。

秋分の日を前後3日間を合計した7日間のことを秋のお彼岸と言います。

お彼岸の最初の日を「彼岸の入り」、最後の日を「彼岸明け」と呼びます。

お彼岸の時期には先祖供養のためにお墓参りをする家庭が多いです。

春のお彼岸に食べる行事食といえば、「牡丹餅（ぼたもち）」で、秋のお彼岸には「御萩（おはぎ）」を食べます。

呼び名は異なりますが、食べる時期が異なるだけで、同じお餅のことをさしています。

