



## ナス

秋を代表する野菜の一つとして、ナスがあります。クセのない味わいと、火を通したときのなめらかな食感が特徴で、品種によって様々な調理法があります。料理のジャンルを問わず使えるため、定番の野菜として欠かせないものとなっています。東洋医学では体温を下げる効果があるとされています。また、皮の色素ナスニンには抗酸化作用があるアントシアニンの一種です。

ナスはインド原産です。熱帯地域では多年草ですが、温帯地域では一年草として畑で栽培されています。

ナスの語源については諸説あります。実の味から「中酸実」（なかすみ）の略であるとする説、夏に実がなるので「夏実」（なつみ）と読んだが、それが訛って「なすび」と呼ばれたとする説があります。

## くねくね

「くねくね」は、2003年頃からインターネット上で流行っている怪談に登場する、くねくねしているものことです。

一般に「くねくね」に関しては次のようなことが語られています。①色は白い。稀に黒いくねくねを見たという話もある。②人間とはかけ離れた動きで体をくねらせる。③夏の水田や川原など水辺で目撃されることが多い。④遠くから眺める程度では問題ないが、それが何者であるかを理解すると精神に異常をきたす。

2009年頃まで、くねくねとはなんなのか、様々な考察がなされていました。内容としては、古来より伝わる妖怪と関連づける説や、ドッペルゲンガーの一種とする説、熱中症による幻覚説などが挙げられました。

## おはぎ

お彼岸といえはおはぎをお供えしますが、その起源は何なのでしょう。ある説によると、小豆の赤い色には魔除けの効果があると古くから信じられていました。そのため、邪気を払う食べ物としてご先祖様に供えられたということです。

また、「もち米」と「あんこ」2つの物を「合わせる」ということから、ご先祖様の心と自分たちの心を「合わせる」という意味もあるそうです。

昔は甘くて美味しいスイーツは、誰でも食べられるわけではなく、とても貴重でした。お彼岸に小豆と高級品である砂糖を使用しておはぎを作り、お供えをすることで、ご先祖様へ感謝の気持ちを捧げていたのだと思います。

## ブログ記事紹介

### ◎樋プランター

先日、お客様のお家で樋の交換をさせていただきました。その時お客様から、外した樋を、花を育てるプランターに再利用したい、とお話をいただきました。普段、廃材として捨ててしまっているのも、とても素敵な再利用だなと思いました。

営業部 越田裕紀

ブログ記事は毎日更新！！



(7月20日掲載記事)



弊社の9月の定休日は、次の通りです。

4日(日)

18日(日)～19日(月)

23日(金)

ご不便、ご迷惑をお掛けするかと思いますが、宜しくお願い致します。



### 漢字読めますか？

次の漢字を読んでみてください。

① 傑作

② 鍛錬

③ 窮屈

④ 洞察力

⑤ 水槽

⑥ 補充

⑦ 奔走

⑧ 娯楽

## 秋分の日

9月23日は秋分の日です。この日は「昼と夜の長さがほぼ等しくなる日」であり、季節上の区切りの日とされています。また、「国民の祝日に関する法律」では、「祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ」日とされています。

秋分の日は、毎年9月22日もしくは23日ごろの1日間と定められています。祝日法上で「秋分日」とされており、日付は指定されていません。なぜ日付が指定されないのかというと、地球の動き方に変化があるため、「昼と夜の長さがほぼ等しくなる日」が日付で決められないからです。国立天文台が毎年2月に作成する「暦象年表」で次の年の秋分の日が確定します。

また、国立天文台のホームページでは、2050年までの日付予測を掲載しています。これはあくまでも、地球が現在と同じ動き方をした場合の日付なので、変わることもあるそうです。

# 夏バテ

暑い日が続くと何となく不調だと感じる事があります。体がだるかったり、疲れが取れないのは夏バテの症状です。夏バテとは、夏の暑さで起こるさまざまな体調不良の総称で医学用語ではありません。

夏バテの語源には諸説あります。有力なのは競馬用語の「ばたばたになる」がもとになったという説です。競走馬が疲れて足がもつれる事を「ばたばたになる」といい、これがばて

るになり、夏バテになったようです。

夏バテの対策には生活リズムの改善、食生活の見直しが必要になってきます。生活リズムの改善として、睡眠を7〜8時間取ります。ただ寝るのではなく、質の良さも大事です。食生活は1日3食、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。そして水分補給は、寝る前、起床時、入浴前後に取ると効果的だそうです。それ以外にも疲労回復の効果があるクエン酸も取ると良いそうです。

## 暮らしの雑学・豆知識



### ～防災の日～

毎年9月1日は、「防災の日」です。日本は、地形や地質などから、地震や台風、津波、豪雨などの災害が発生しやすい国です。そのような被害を少なくするために、「防災の日」が設けられました。また9月1日だけを「防災の日」とするのではなく、9月1日から1週間は「防災週間」とされています。

防災の日の由来は、1923年9月1日に起きた関東大震災です。このような災害に対する備えをしっかりと行おうと、1960年に「防災の日」として制定しました。

漢字読めますか？  
解答

- ① 傑作 (傑作)
- ② たんれん (鍛錬)
- ③ きゆうくつ (窮屈)
- ④ どうさつり (洞察力)
- ⑤ すいそう (水そう)
- ⑥ じゆう (器用)
- ⑦ ぼうし (補足)
- ⑧ げんご (走り)
- ⑨ べんぎ (仕事)

〈発行〉 次回発行予定 9/24(土)

住まいの事なら  
何でもご相談ください！



**株式会社大五建設**

住所 富岡市上小林216-2

0120-388-406

## 求人募集!!

営業職・現場監督

詳しくは下記までご連絡ください。ご連絡お待ちしております。

0274-67-2721  
(担当：前原)

