

# するがのくに かわら版

第9号

平成 20 年 4 月 10 日発行

株式会社 スルガ不動産総業  
〒410-0873 静岡県沼津市大諏訪593-1  
TEL 055-926-0260  
FAX 055-926-0262  
e-mail iida@suruga-fudousan.co.jp  
http://www.suruga-fudousan.co.jp

パイパス沿いの桜並木は、あっという間に緑色にかわり、柔らかな日差しと風が心地よい季節ですね。

ちらほらとこいのぼりも上がってきました。

先日、今沢小学校の南側にある小さな喫茶店『あい』さんにお邪魔しました。とってもかわいい鯉のつるし飾りと折り紙で作るような兜の置物に目を惹かれています。奥から端午の節句グッズを色々出してくれました。全て、元々パッチワークの先生をしていたという、オーナー相磯さんの手作りです。そして、お茶をいただくとアレッ、これも?... 尋ねるとやっぱり。器も、シガーポットも、ランチョマットもみんな手作り。

店内にはところ狭しと作品が並んでいます。相磯さんの“創作欲”はとどまるどころを知らず、今も頭の中には、次作の構想が湧いているようです。



## 今夜は春定！『卯月』なので『卯の花』を作りました。

子供の頃は好んで食べなかったけれど、いつの頃からか、とってもおいしく感じられるようになったもののひとつ。何故でしょうね？作ろう！と思いつくのは年に一度、あるかないかといったところですが、実は簡単、栄養満点、低コストと3拍子揃った優れたものなのです。うちではネギたっぷり、具沢山にしています。

もうひとつは『ニラとしゃぶしゃぶ豚肉の春サラダ』新聞折込で入ってきたレシピですが、色が綺麗だったので思わず作ってみた一品。サラダなのでさっぱりしていますが、お肉を少し多めにすると、主菜にしてもいいぐらいのボリュームです。ご飯と汁物で春定食はいかがでしょうか？

春サラダの材料(4人分)と下準備

ニラ: 2束 = 5cm程の長さに切る。

豚肉: しゃぶしゃぶ用 150g

卵: 1個 = 炒り卵にする。

A {醤油: 大3、酢・ごま油: 各大1、砂糖: 小1}

作り方

ニラと豚肉をサッと茹で、合せ調味料Aで和え、お皿に盛り、炒り卵を散らす。

ちなみに我が家では、ほんの気持ちの

えびチリ付きにしました。



## 今月のSURUGA-MAN



わが社の社員たちがローテーションで  
コラムを掲載します。

最近、雑誌やニュースなどで、『食育』という言葉を目にすることがあります。

『食育』とは、食材・調理・マナー・伝統・自給率・食料問題などの教育をすることだそうです。先日読んだ本のなかに『食育』に関係したおもしろい記事がありました。

『ま・ご・わ(は)・や・さ・し・い』という言葉です。これは私たち日本人が昔から食べてきた伝統的な食材を表します。

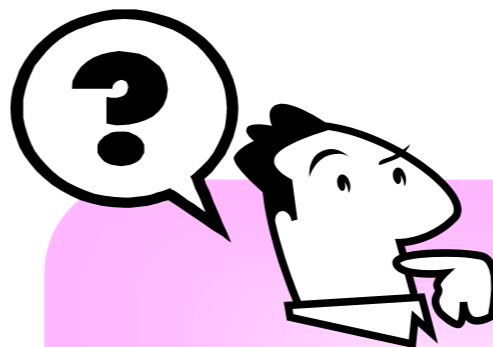


- [ま]... 豆類
- [ご]... ごま
- [わ]... わかめ(海藻類)
- [や]... 野菜
- [さ]... 魚
- [し]... 椎茸(きのこ類)
- [い]... いも類

毎日この食材を使った食事にすれば、私も主人ももっとスリムになれるような気がします。一日三食のうち、まずは一食でもいいからメニューに取り入れたいと思います。もちろん体を動かすことも大切です。いつまでも健康で過ごしたいと思います。皆さんも、「栄養、取れてるかな？」と迷ったときは、『ま・ご・わ・や・さ・し・い』食材を使ったメニューにしてみませんか。あのメジャーリーグの松井秀喜も、この言葉を参考に毎日バランスのいい食事をしています。

生活習慣病の予防にもなりそうですね。

by S.H.



## 不動産ナビ



これって『道』？

「広い道」「狭い道」「道の様な道」はたまた「誰の道？」道にも色々ありますね！都市計画区域の中では敷地が道路に2メートル以上接していなければ建物を建築できないように決められています。

公道(国道、県道、市道等それぞれの管理している道)があり、私道があります。私道とは個人が所有、管理している道です。稀に各省庁の差押え等が付いてしまう時も生活道路として利用していればローンの借り換えの可能な場合があります。

あきらめないで信頼する不動産業者に相談をしてみてください。「迷い道」「回り道」の先には「本物の道」があるかもしれません。

自分を正当化しようと「人の為人の為」と言って偽る人間の多い中、自分だけは「逃げ道」を行かずに「我が道」を歩きたいものです。

全日本不動産協会静岡県本部 HP より



山菜まつりの時期がやってきました。年末のもちつき大会でも紹介しました『四季遊山』が主催する春の恒例イベントです。毎年、NPOの方と当社社員・関連業者やその友達、のそのまた友達、チョット通りがかりの人...といった具合に人が集まり、おこわ、山菜の天ぷら、たこ焼きなどを作って食べたり、露店販売、餅つき、ゲームなどで楽しんでおりますので、是非いらして下さい。(詳しくはスルガ不動産総業まで)

・場所: NPO 法人 倶楽部 四季遊山<sup>しきゆうざん</sup>内広場 (三島市中山新田 318-3 国道1号線沿い、中山城跡隣接地) ・会費: 大人 1,000 円(小学生以下無料)