

あなたの街のでんきやさん 毎月20日発行

テライ通信

2015年1月号



さわやか♥ライフ
テライ 本店
 TERAIDENKI
 大津市松本2丁目11-17 ☎ 522-2532
 FAX 524-3934

当店のホームページ、ブログをぜひご覧下さい。
 スタッフ皆でせっせと更新中!

大津 **テライ** で、検索 🔍
<http://www.alldenka.jp/teraidenki/>

お知らせ お正月休み: 1/1(木)~1/5(月) 12/31(水)は正午まで営業いたします

1月12日は長女の成人式です。(2月生まれなのでまだ19歳ですが) 長男の時は実感がなかったのですが、女の子は着物を着るので準備とかしている二十歳になるんだなあとしみじみ思います。うれしい事に振袖は私の着物を着てくれるのですが娘の方が背がだいぶ高いのでお直ししたり小物や髪飾りを買ったり夏から用意をはじめました。成人式って昔からあるイメージですが歴史はわりと浅くて戦後すぐの1946年11月22日に埼玉県で敗戦後の若者を励ますために実施された「青年祭」がルーツだそうです。寺居 かおり



私のイチオシ! 商品

今回はIHクッキングヒーターの「ラクッキンググリル」をご紹介します。新築時、絶対にグリルはラクッキンググリル搭載のコンロにすると決めていました! まず、お掃除が楽チン! 焼き網・受け皿がなく、グリル皿を洗って庫内はふきんで拭くだけ! 気軽にグリルを使えるようになりました♪
 そして、自動で調理してくれるので魚も鶏肉もグラタンもスイッチを押すだけで美味しく焼いてくれます。火加減を調整したりひっくり返す必要なし! ラクです! 本当にこれを選んで良かったと実感しています(^-^)



横江 晴奈

今月の新製品情報

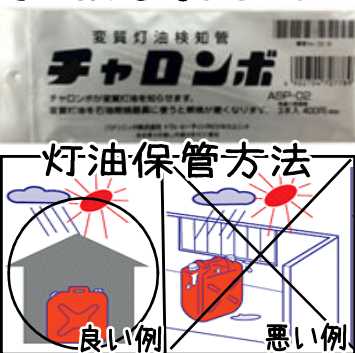
近頃、外出先でトイレに行くと、一歩足を踏み入れた途端、明かりがパッと点くことがよくあります。センサで入り切りするので、電気の無駄がありません。おうちのトイレの明かりの消し忘れをしたことはありませんか? また、夜にトイレに行くのに壁スイッチを寝ぼけまなこで探していませんか? LED電球で“ひとセンサ”付きのタイプが発売されました。電球を替えるだけで、センサ付きの照明に早変わり。手軽にエコかつ快適になり、とても良いと思います。



寺居 康之

発掘! さんな商品あったんだ

寒い日が続いていて、石油ファンヒーター・ストーブを使っている方が多いと思います。去年使っていた灯油があるからと使おうとはしないで下さい。ゴミや水が混入していたり変質している灯油を使うと火がつきにくくなる、ニオイがきつくなるなど故障の原因になります。いつ買った灯油か分からなくなってしまった場合は、テライ電器に声をかけてください。「チャロンボ」という検知管を使うと不良灯油に反応するので故障を未然に防ぐ事ができます。

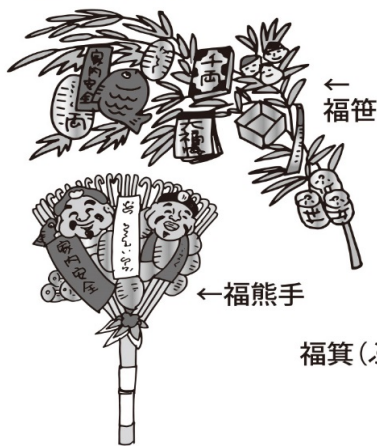


山脇 康宏

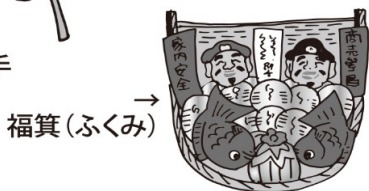
「無病息災」「五穀豊穡」
お祭り・行事

「えべっさん」とは？

1月9日、10日、11日に西日本の恵比寿神社で行われる「十日えびす」という神事は「恵比寿さま＝えべっさん」という呼び名で親しまれ、商売繁盛の神「恵比寿さま」を奉り、参詣者が商売繁盛を願います。この時の縁起物としては「福笹＝笹は葉を絶やすことなく繁り、その枝はどんな重みにもしなり、折れることがない」「福熊手＝福をかき集める」「福箕(ふくみ)＝集めた福をすくいとる」などがあります。



参拝者は、神社が授与する、野の幸・山の幸・海の幸を象徴した「小宝」を福笹につけて購入し、神様からの「御神徳」を持って帰ります。



1月のお祭りや行事には、この1年の健康や豊作、繁盛を願うものが多く、全国各地で開催されています。代々受け継がれてきた行事は、大切に次の世代へ伝えたいですね。

「筒粥神事」

- お粥による神事は、その年の農作物の吉凶を占う小正月の行事として各地で行われています。師岡熊野神社(神奈川県)の筒粥神事は、天暦3年(949年)から長きにわたり受け継がれ、現在に伝えられており、横浜市の無形民俗文化財にも指定されています。
- 1月14日午前4時、大釜に御神木「榊(ナギ)」の木の五つ葉と27本の葎(ヨシまたはアシ)の筒とお米一升を入れ、御神水でお粥を炊きます。
- お粥が炊き上がると、神事が開始され、その中に粥がどの位入っているかで吉凶を占います。
- 神事が終わると、大釜で炊き上がったお粥が振る舞われます。これを食べるとその年は風邪を引かないと言われています。



暮らしのヒント 「唐辛子」であたたかく

唐辛子は「カプサイシン」の効果で身体をあたためるといのはよく知られています。また、昔の生活の知恵では、寒い日に唐辛子を靴の中に入れて、足先があたたかく感じるとも言われています。これは、足先の汗と唐辛子の成分が反応した結果の刺激によるものですが、靴用の使い捨てカイロが無かった時代に、唐辛子の効果を活かした先人のアイデアはすごいですね。

もし、実際に試される方は、唐辛子の刺激が強いため、必ずガーゼで包んでから行ってください。



暮らしのヒント 冬眠で越冬、春を待つ重カモノ

動物には、冬の間ほとんど動かずに土の中や木の穴などで「冬眠」するものがあります。爬虫類のヘビやトカゲ、哺乳類のクマやリスなどです。冬眠方法はさまざまで、リスは体温が1～5度の仮死状態で眠り、1～2週間に1回程度体温が上がり、起きて餌を食べたり、排せつしたりしますが、クマは体温約33度で深く眠らないのに餌を食べず、排せつもしません。雌は冬眠中に出産と子育てもします。厳しい自然を生き抜く本能ですね。



「しょうが」で美味しく、あたたかく

身体を温める食材「しょうが」は、生のものも、チューブに入ったものも年中手軽に使えますから、冬の寒い時期だけではなく、春の冷え込みや夏の冷房による冷え対策にも積極的に摂りたいものです。さまざまな使い方美味しく、身体の中からあたたかくしましょう。

◆しょうがのドリンク

しょうがのおろし汁を紅茶に入れて「ジンジャーティー」、炭酸水やレモン汁、はちみつと合わせて「ジンジャーエール」、ほうじ茶に入れて「しょうが茶」などはいかがでしょう。



◆しょうがのお粥

消化が良いお粥は体調が悪い時だけではなく、身体をあたためるためにも手軽に楽しみたいものです。さらにしょうがを入れて「しょうが粥」にすると冷え対策に心強いメニューになります。



衣服のポイント

冷え対策には、重ね着をしたり、腹巻や靴下で下半身を保温したりすることが大切です。ポイントは、締めつけるようにピッタリしたものではなく多少ゆったりしたものを身に付けることです。また、首まわりは、寒さを感じやすい場所ですから、マフラーやスカーフで温めるようにしましょう。特に、お風呂上りは、温めた体を冷やさないように首元をしっかり温めましょう。



手軽なマッサージをしよう

就寝前や起床時などに少しだけ足の指マッサージをしませんか。楽な姿勢で座り、足の指を1本ずつ手でマッサージしたり、足の裏もさすってみましょう。自分に合った軽いマッサージで、冷たくなりがちな足の先をあたたかくすれば、快眠や良い目覚めにつながるのではないでしょうか。

