

# どげんき通信

第 36 号  
平成 26 年  
(2014 年)  
7 月 1 日発行



店長の鏡です

みなさん、おげんきですか！サッカーのワールドカップが盛り上がりつつありますね。ご覧になっていますか？日本は予選で一分二敗となり敗退しました。残念でしたが、ここままでよくやっただと思えます。

日本では、ただのサッカーの世界大会と思う方が多く、関心が薄いかもしれません。世界での注目度はピカイチで、ブラジルでは開催日が大統領が祝日にするほど重要なイベントになっています。

競技人口が世界一のスポーツ？ともいわれ、関心が高いのも納得です。(バスケットボールが一位かも)

なかでも、一九六九年にはエルサルバドルとホンジュラスという国が、ワールドカップの予選がきっかけで戦争にまでなりました。

また、コロナビアでは、一九九四年に開催されたワールドカップで自殺点を与えてしまった選手が帰国後銃殺されるという事件もありました。

いい話題もあります。ブラジルのスーパー스타のペレという選手は、しっていますか？一九六〇年代に活躍した

選手で、ワールドカップに世界でただ一人三度の優勝を経験しています。

そして、イタリアのユベントスというクラブから、白紙の小切手を渡されて、「好きな金額を書いてください」というオフアーがきましたが、大好きなブラジルから国外へ出ることはありませんでした。

ペレが白紙の小切手を渡されたぐらい必要とされたように、お弁当といえは123だ！といわれるようなお店になりたいなあ。がんばります！

※すみませんサッカーの話題ばかりで。



## たなばたさま

作詞 権藤はなよ  
作曲 下総皖一

ささのは さらさら

のきばにゆれる

おほしさま きらきら

きんぎんすなご

ごしきの たんざく

わたしがかいた

おほしさま きらきら

そらからみてる

一番の歌詞の最後に出てくる「金銀砂子(きんぎんすなご)」という単語ですが、金銀は夜空で星が輝く様子が「金」や「銀」に見えるからでしょうが、後ろの「砂子」とは何を表しているのか。実は、これは「砂」を表す言葉なのです。つまり、これは天の川を本当の「川」に見立てて、周囲の星を「砂」に見立てて書かれたのです。



## 土用の丑の日にウナギを食べる

ウナギは高たんぱくで消化も良く、日本料理の食材としても重要で、鰻屋と呼ばれるウナギ料理の専門店も多い。夏バテを防ぐためにウナギを食べる習慣は、日本では大変古く、『万葉集』にまでその痕跡をさかのぼる。

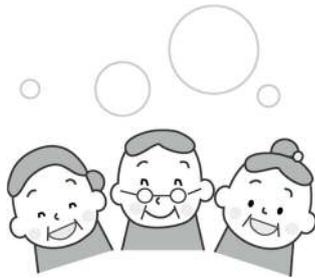
ウナギを食べる習慣についての由来には諸説あり、地図を作製した平賀源内が発案したという説が最もよく知られている。また、「丑の日に『う』の字が付く物を食べると夏負けしない」という風習があったとされ、ウナギ以外には、梅干や瓜などを食する習慣もあったようだが、今日においては殆ど見られない。

実際にもウナギにはビタミンA・B群が豊富に含まれているため、夏バテ、食欲減退防止の効果が期待できる。



ちょっと脳トレ

たくさん並んだ春夏秋冬。  
ひとつだけ違う文字が  
混ざっています。  
さてどこでしょうか？  
探してみてください。



春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬  
春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬  
春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬  
春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬  
春夏秋冬春夏秋冬春夏秋冬

シナノキ科の草木で原産はエジプト。エジプトの王様が内臓不調の時に食べて元気になったことから、「王様の食べる野菜＝ムルキヤ」と呼ばれるようになったのが語源といわれています。日本ではまだ日の浅い野菜ですが、多様な成分を含有しており、栄養野菜として注目されています。暑さに強い野菜で、葉はしそに似ており、刻むと特有のネバリが出ます。

カロテンは野菜の中ではトップの含有量。ビタミンB1、B2、ビタミンCが豊富。カリウムやカルシウム、鉄などのミネラル類も多い。ネバリは多糖質のムチンやマンナン。ビタミンもミネラルも他の野菜と比べても豊富に含まれています。まさに栄養価でも王様の野菜ですね。

旬の食材

「モロヘイヤ」

発行・お問い合わせ

宅配クック 123 豊川店

56-3005

56-3006



【脳トレの答え】  
右端の列、上から4番目の「冬」が「終」になっています。



7月29日(火)

うなぎ



先着 200 名様限定！！

ご予約はお早めに！！