

冬の代表野菜・大根を使った民間療法



☀️ 大根を使った漢方薬！

古代中国の医学書『本草綱目』には「大根は痰を取る。」と書かれています。漢方でいう痰には二つの意味があります。一つは咳の痰です。冬に風邪をひきやすい方、喘息の方、年配の方は咳が出やすいのですが、大根を食べると痰が取れ、気管支がスッキリします。大根の種と大根を使った漢方薬に「三子養親湯(さんしようしんとう)」があります。これは老親の喘息が大根で治ったことからこのような名前がつけられたといわれています。

☀️ 大根はお寝小にも効きます！

また、大根はお寝小にも効きます。お寝小の子には毎日食べさせてください。大根の皮は流産予防に効果があります。大根の皮をきれいに洗って塩漬けしてください。

☀️ 大根はダイエット食品？

もう一つは肥満です。漢方では肥満または油濃いものは「たんじつ痰湿」と考えます。中国清王朝の王妃たちが大根をやせ薬として使用していたように、大根はダイエット食品としてたいへん適しています。大根には脂質や蛋白を分解する酵素があることが実験によって明らかにされており、ラットの実験でも大根を食べたラットの体脂肪が下がりました。冬は脂肪が付きやすい季節ですので、大根はおすすりです。

大根さん！改めて見直しました…

※食べ方に注意※

大根は熱を加えるか否かによって性質が変わります。生のままで食べると体を冷やす作用があるので、炬燵に入りながら大根サラダを食べるのはおすすりしません。

目録ちゃん工務店 No.5



「バングラデシュ」のクリスマスの過ごし方

12月16日が独立記念日なので、それ関連の記念行事が一段落した21、22日頃からクリスマス当日まで、25日は国の祝日。

バングラデシュは80%イスラム教の国だ。で、宗教はシビアだ。異教徒間の結婚はまずない。新聞や雑誌の人生相談コーナーでも、「好きな人がいるんですが異教徒なんです」という投書がよくある。名前だけで、その人の宗教が何かが分かってしまい、ヒンドゥー教徒の場合はカーストと出身地までわかってしまう。1%もいないキリスト教徒は、結構肩身の狭い思いをしていて、クリスマスも結構ひっそりと祝う。バングラデシュではイスラム教の祭りの日はもちろん、ヒンドゥー教、キリスト教、仏教の祭りの日すべてが祝日です。バングラデシュに住む外国人むけに高級ホテルやレストランがディスコ・パーティーとかやるんだけど、最近、リッチなバングラデシュ人でイスラム教徒の人が、そういうパーティーに出るようになりました。ただ、「恋人同士で」というのはまず無い。宗教が何であれ、宗教的なお祭りというのはそれぞれの神様に感謝するための日だからです。

ベンガル民族は様々な人種(ドラビタ、インド=アーリア系やモンゴロイドなど)が長い歴史の中で混血されて形成された集団であり、特定の人種的(血脈)な傾向はなく、あえて言えば人種的な特徴のないことが特徴といえる。肌の色は遺伝や生活環境の違いによって個人差が大きい。また、顔立ちも欧米風から日本人風の顔をした人まで様々であるが、しかし、一見してモンゴロイド系(ここでは学術的な厳密さを離れて東アジア、東南アジア的な風貌の意味)の人々とは明らかに異なる。



主な言語:ベンガル語
主な宗教:イスラム教
インドの東に接し、1971年にパキスタンから分離独立
バングラデシュとは「ベンガル人の国」という意味

…年末お役立て情報…

プロの裏技

■壁などのひどい汚れにラップを利用！

台所にあるガラスやタイルの壁など、汚れがひどい時はラップを利用しましょう。ガラスやタイルに洗剤を吹き付け、ラップをかぶせて10～15分おいて下さい。ラップをはずし、からぶきすれば楽に汚れが取れます。



■排水口のぬめり取り

排水口が汚れていると嫌な臭いの原因になります。ごみ受けのカゴだけでなく、椀トラップ(ごみ受けカゴの下に水をため排水管からの悪臭を遮断する役目をしているお椀型の物)も外して、パイプ洗浄剤をまんべんなくスプレーし、数分後、水で洗い流します。

椀トラップを外した状態で、パイプの中へパイプ洗浄剤を注ぎ、約30分放置した後、水を充分流します。



※長時間放置すると、取れた汚れが再付着してつまりが発生する場合がありますので、1時間以上放置しないでください。

■換気扇の油汚れを簡単に落とす裏ワザ！

固まった汚れは、まずそぎ落としてください。50度位のお湯をはったたらいに汚れ用洗剤を入れて、モーター部分以外を20分位漬けておいた後、雑巾で拭いて下さい。大きなたらいが無い場合は油汚れ部分にドライヤー温風(強)を30秒ほどあてた後、乾いた雑巾で拭きだけで簡単に汚れがとれます。濡れた雑巾は油をはじきます。

<注意>モーター部分の掃除は電源を切ってから、洗剤を少量ふくませた雑巾で拭いて下さい。水が入ると故障の原因となりますので注意して下さい。濡れた手で触ると感電しますので要注意。

笑って笑って
ハイ！笑って



勘違い…

自動販売機でタバコを買おうとしていた

おじいちゃんが、突然顔のしわを伸ばし始めた

自動販売機を見るとおれを入れる前にしわを伸ばしてからお入れ下さいと書いてあった



呆け防止…

おじいちゃんがボケ防止の本を買ってきたボケなくなかったのだろう
次の日
また、同じ本を買ってきた



戻る…

おじいちゃんが「犬を捨てて行って来るから」と連れ出してから2時間後…
犬だけが帰ってきた



笑えない話…

金婚式を迎えたおばあちゃんの有難い言葉を聞きなさい「離婚を考えたことは一度もなかったですわ…殺してやりたいと思ったことは