

夏野菜なのになぜ「冬瓜 トクガシ」?

冬瓜は夏の野菜ですが、冷暗所で吊るしておくことで冬まで保存できることから、こう呼ばれています。



中国経由で日本にやって来た冬瓜は、古く平安時代から食卓に上っていました。若いものは表面に毛が密生してカモに似ているのでカモウリとも呼ばれています。完熟すると毛がなくなり、ロウ質の白い粉でおおわれます。水分が多く淡泊な味が特徴で、あんかけ、漬物、肉詰料理や中華料理によく使われます。

◆ 夏バテ回復に冬瓜

冬瓜には利尿や便通を促し、水腫や足のむくみを治す効果があります。尿の出が悪い腎臓病の方によく利用されてきました。夏は汗がたくさん出るので、尿が少なくなり、腎臓の解毒作用が低下するので体内に毒素が溜まりやすくなります。冬瓜を食べて利尿を促し、疲労を回復しましょう。

◆ 冬瓜で肥満予防

冬瓜にはサポニンやトリゴネリンなどが含まれます。これらには血管についたコレステロールを減少させる働きがあります。脂肪の代謝を促進するため肥満予防にもなります。又、老化を防止するアデニンも含まれます。

◆ 薬方薬としても大活躍

冬瓜の皮は漢方薬として利尿・消腫の効能があり、浮腫や排尿障害などに使われます。乾燥させて煎じます。尿量が少ない、むくみの時にお勧めです。茯苓皮(ぶくりょうひ)、沢瀉(たくしゃ)、猪苓皮(ちよれいひ)、桑白皮(そうはくひ)と合わせた五皮飲(ごひいん)は利尿の名処方です。冬瓜の種は消炎、排膿の効能があります。肺の痰、または腸炎が治ります。冬瓜種を含む漢方、大黃牡丹皮湯(だいおうぼたんぴとう)は虫垂炎、腸炎、腸閉塞の治療に使われます。



建築用語 ラス

ラス(らす、lath)とは、**建築**や**土木**工事に使う**金網**の一種のこと。金網の材料とする薄い**金属**板に、必要な網目の大きさの切り込みを一方に多数切り欠き、直交方向に引っ張って網目を作る。このことから**エキスパンドメタル**ともいう。簡単に製作することができる上に、適度に凹凸が生じることから、工事現場の足場板や防護ネット、あるいはモルタル仕上げの壁の下地(ラスモルタルと呼ぶ)などに幅広く使われる。ラスを壁や**法面**に**ホチキス**やピンで固定させることを「ラスを張る」「ラス張り」という。種類として、金属板に切り込みを入れたメタルラスのほか、**針金**を編んで網状としたワイヤーラス(wire lath)がある。

あったか〜いお話し

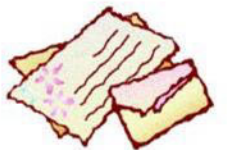
『神様がくれたお話し』

小学校で教師として働いていたのですが、働き始めたころは、慣れない仕事や一人暮らし、対人関係などが原因で体調を崩す事もしばしば。そんな自分が奮けなくて、落ち込んでしまうこともありました。

そうしたなか、実家で静養していたときのことで。

『神様がくれたお休みだから、ゆつり休みなさい。』
というメッセージが。

普段は、無口な父なので、直接言うのが照れくさかったのかもしませんが、本当に救われた気持ちになりました。



先日結婚式を挙げたばかりの私ですが、この場を借りてメッセージをお返ししたいと思います。

『お父さん本当にありがとう。幸せになるからね。』

3ヶ月間 No.12 工務店



『雑学』

盲腸は人体に必要な?

盲腸の働きは、口から入り、胃から小腸を経て大腸に達した食物を最終的に完全に消化することである。しかしこれは、盲腸だけでなく大腸上部すべての働きで、盲腸は大腸のサポートにすぎない。しかも、大部分は小腸で消化されるため、盲腸は人体に必要なのだ。



滅菌と殺菌の違いは?

この二つよく似ているが、じつは微妙な違いがある。滅菌とは熱や薬品の力で有害無害に関わらず、すべての細菌を殺し無菌状態にすることで、殺菌とは熱や薬品の力で体に有毒な、大腸菌などの病原体になる細菌のみを死滅させることである。



赤ちゃんの骨の数は大人より多い?

大人の人体の骨の数は、個人差もあるが206個前後である。しかし、赤ちゃんの骨は、300個以上もある。それは、これからの成長に備えて、骨の端が軟骨で分離していて、大人では1個の骨が赤ちゃんでは2個かそれ以上に分かれているのだ。それが、成長するにつれて1個にくっつき、やがて大人の206個前後になるのである。



笑って笑って ハイ!笑って



♪さっちゃんね、ようちゃんって言うんだ本当はネ、
♪だけどちっちゃんいから、自分のことけいちゃんていうんだヨ、
おかしいね、まあちゃん!!
…さて、本当の名前は何でしょう

部分やせ 痩せたい部分が 大部分



全くもって 同感!

そろそろ帰る時間なので「撒収!」と号令をかけると、後輩の女の子が、ティッシュを差し出しました。



お食事券

中学を卒業するまで、政治家の“汚職事件”を、ワイドで高級料亭の“お食事券”をもらっているんだ!と思い込んでいました。TVで“汚職事件”という文字を目にした時、すごいショックでした。

