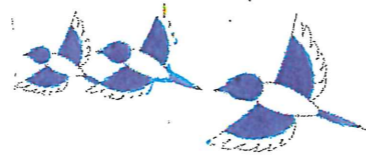




LPガス事業部
TEL (0532) 33-2211

ガスの実
7月号



7月に入りいよいよ本格的な夏[★]になってきましたね！
今回のテーマは7月のメインイベント「七夕」についてちょっと
変わった角度からお話したいと思っております。
7月7日の七夕の日は織姫と彦星が一年に一度会える日
として有名なところですが、この織姫「ベガ」と彦星「アルタイル」は
実際どのくらい離れていて天の川に橋を架けるカササギとの
関連を含めて検証してみましょ。

まず織姫と彦星の会合場所をお互いの中間地点と仮定します。ベガとアルタイル
は約16光年(光の進む速さで16年)に151兆キロ離れています。ということは織姫
と彦星が一日に移動しなければならない距離はなんと約4,150億キロ^{◎◎}
速さは時速約170億キロ。※スペースシャトル時速3万キロ、光 時速10.8億キロ
彼らは愛する人の元へ光の16倍もの速さで移動しているんです。... 愛の力恐るべし...
そして忘れてはいけないのがカササギの存在。カササギは二人のために天の川に
橋を架ける重要な役割を持っています。二人に合わせてこのカササギもせせと
不眠不休で橋を作り続けています。

ロマンチックな日に邪推な検証をしてしまいましたが、
織姫と彦星の逢瀬の陰で「カササギ」の努力を
誉めてあげてもいいかもしれませんね！



5分で完成！もやしとニラのWごま冷しめぶ

材料:(2人分)

- ・「AJINOMOTO ごま油好きのごま油」 大さじ2
- ・豚肉ロース(しゃぶしゃぶ用) 200g
- ・もやし 1/2袋
- ・ニラ 1/2袋
- ・ごまだれ(市販) 大さじ2



- ① 今回は「AJINOMOTO ごま油好きのごま油」を使います。
- ② ニラは4cmの長さに切ります。
- ③ 鍋に湯を沸かし、もやしと豚肉を入れ1分ゆでます。ゆであがり30秒前にニラを加えます。
- ④ <③>を冷水にとり、ざるにあげて水気をしっかりとります。
- ⑤ 器に盛り付け、ごまだれとごま油を回しかければ完成！

コツ、ポイント

ゆでた豚肉と野菜は冷水にとり、ざるにあげた後にキッチンペーパーなどに包んで
ぎゅっと絞り、しっかりと水気をとることが大切。水気があると仕上がりが氷っぽく
なるので、この一手間を省かないようにしましょう。



熱中症に気をつけて

気温も高く日射しも強くなってきた7月からは特に要注意です。

3つの対策ポイント

- ① こまめな水分補給と塩分補給 → 市販のスポーツドリンクを薄めて飲むのが効果的
- ② バランスの良い食事と十分な睡眠 → 体調を整えることが何より大切です。
- ③ 直射日光を出来る限り避ける → ガマンは厳禁 体温の上昇に注意です。