

『新米』と『古米』の違い



涼しくなりましたね〜



今年も収穫の時期が来て、店頭にも新米が並んでいますね。つややかな光沢があってみずみずしくておいしい新米。米好きにとっては、一年に一度の採れたてのお米が食せる待ちに待った季節です。新米に対して、時間が経過したお米は『古米』と呼ばれますが、最近では米の保存技術が発達して、新米に負けないくらい美味しい『古米』が出回るようになったそうですよ。

新米と古米は米穀年度によって区別

	新米	古米
米穀年度	当年度に収穫（前年11月1日～当年10月31日）	前年度に収穫（前々年11月1日～前年10月31日）
JAS法	年内に袋詰めしたもののみ「新米」表示が可能	-
水分量	多い	少ない
やわらかさ	やわらかい	硬い
見た目	白くてツヤがある	黄色っぽくツヤがない
粘り気	適度	少ない
香り	甘い香り	独特の香り

され、前年の11月1日から当年の10月31日までを1年としているそうです。また、JAS法による区別（表示面）では年内に精白・梱包された米を『新米』と表示できると定められているそうです。米は1年古くなる度に、古米・古古米・古古古米と、古の字が増えていくそうです。

チャーハンやカレー・寿司など、古米の方が向いているお料理もあります。右の表の違いを参考に水加減を調整して、おいしく、無駄なくいただきたいですね。



kotokurabe.com より

我が家のキッチン★

材料 2人分

材料	分量
鶏もも肉	小2枚
ぶなしめじ	1パック
エリンギ	2本
サラダ菜	4枚
ラディッシュ	4個
塩・こしょう	少々
サラダ油	適宜
和風ドレッシング	適宜
あればマッシュルーム	4個

※お好みのおきのこでどうぞ！！

きのこたっぷりチキンソテー★

作り方

- ぶなしめじは石づきを取って小房に分ける。エリンギは長さを半分に切り、さらに縦半分に切り、薄切りにする。マッシュルームも薄切り。
- サラダ菜は冷水にさらして水をきる。
- 鶏もも肉は塩・こしょうをする
- フライパンに油をひいて熱し、皮目からこんがり焼き、裏面も弱火で焼く。鶏もも肉を取り出し①を炒める。
- 器に食べやすい大きさに切った鶏もも肉を盛り付け、炒めたきのこをのせてドレッシングをかけ、ラディッシュと②を添える。



窓のことからエクステリアやメンテナンスまで住まいのお悩みご相談ください！



株式会社 サネー 住建

住所: 〒940-0029 長岡市東蔵王 2-1-13
電話: 0258-33-1066 FAX: 0258-33-8219

URL: <http://www.saneijuku.co.jp>
E-mail: info@saneijuku.co.jp



おまかせください！快適住まいのリフォーム



住まいの瓦版

第280号

2022年 10月号

要注意!!

ATMで医療費等のお金は戻ってきません。



「こちらの言うとおりに入力すれば、お金が戻ってきます。」は詐欺!

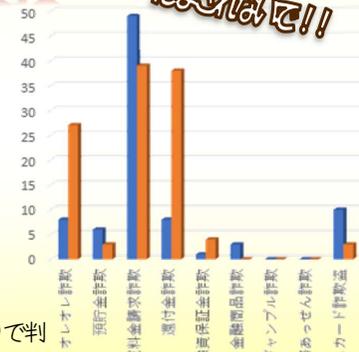
それは振り込め詐欺です!!

特殊詐欺に気を付けよう★

特殊詐欺の被害に遭ったというニュースが新聞に載らない日は無いくらい、毎日どこかで、被害が発生しています。新潟県だけでも前年同期比で29件の増加。被害額の合計はなんと2億2,034万円増の3億9,608万円に及ぶそうです。特に最近では、還付金詐欺が増加しています。犯人の思うままに誘導されお金を振り込んでしまいます。

とにかく、怪しい電話が来たらひとりで判断しないで、家族や友人、警察に相談しましょう。ATMで還付金が返還されることはありません。だまされないで!!

はさせないで!!



令和4年8月末の特殊詐欺被害発生状況 (新潟県HPより)



窓のお悩み解決します!

内窓ブラマードUで二重窓にしませんか。

寒い冬場、実は「ヒートショック」の危険がいつぱい!

暖かい場所から急に寒い場所へ行くと、急激に血圧が上昇し心臓発作や脳血管障害を引き起こすことがあります。この身体の変化のことを「ヒートショック」といいます。



まだ、暖かい日もありますが、少しずつ秋めいて来ます。寒さに向かって、窓の準備・点検もしておきましょう。



窓は住まいの中で一番熱の出入りの大きい場所。内窓ブラマードUで窓の断熱対策をしましょう。より少ないエネルギーで快適になり、電気代の節約にもなりますよ!



浴室は浴室仕様の「ブラマードU」

ちょっとためになる豆知識



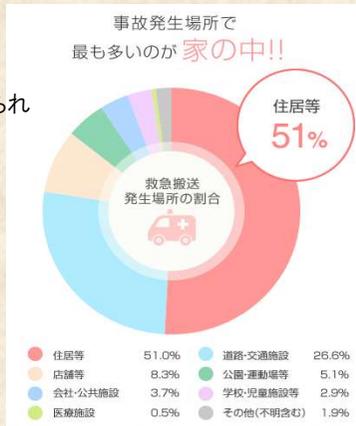
国営越後丘陵公園のコスモス

暑かった夏も終わり、コスモスが風に揺れ、吹く風も気持ち良い頃となりました。この辺でお家のことを見直してみませんか？家族みんなが快適に過ごせるように使い勝手や、安全性から『家族みんなの過ごしやすい家』について考えてみましょう。

次のグラフのように安全なはずの住居内で約5割の事故が発生しています。転倒、転落による打撲症や捻挫、骨折など。このような不慮の事故を防止するために意識改善や安全に対する居住対策が重要視されています。

「快適な住まい」とは？★

大切なのは『今』だけではなく『将来』に渡って長く快適に住み続けられること。そこで生活する家族は時間と共に変化します。世代交代もあるでしょう。子どもからお年寄りまで、家族みんなが同じ住居に長く安全に暮らせるような工夫を取り入れたいですね。いくつか提案してみましょう。



平成25年東京消防庁の緊急搬送データより

玄関引戸で安心を★ ゆったり開口幅で出入りがラクラク



横にスライドさせて開閉する引戸は限られたスペースで広い開口部を得られるので、車椅子での出入りもスムーズです。

室内引戸で安心を★ 上吊りタイプの引戸で段差解消



下レールのない上吊り引戸ならつまづきによる転倒を防ぎます。また、連動引戸にすれば間口も広くなり、車椅子もラクラクです。

※お家の中で危険なところはないか、考えてみましょう。

手摺で安心を★ サポート★ 転倒事故から家族を守る



転倒事故から家族を守るため、手摺は重要です。階段だけでなく、廊下・トイレ・玄関・浴室にも設置しましょう。

ほっとひと息入れましょう

ニュースなどで取り上げられてご存じの方も多いと思いますが、この10月1日

より、豪雨災害で一部運休の続いていた「只見線」の全線運転が再開されました。私はこの只見線に沿って走る、国道252号線をドライブするのが好きで、たびたび只見～奥会津方面には出掛け



「郷戸駅」



「本名駅」

ているのですが、只見線の無人駅の風景や只見川に掛かる鉄橋の景色の写真を撮ることも楽しみの一つでした。ただ、線路と国道が離れる区間も多く、いつかは線路側からの景色を楽しみたいと思っていたので、この運転再開は嬉しいニュースでした。待ち望んでいたファンも多く、紅葉もキレイな季節なので、しばらくは混み合うでしょう。少し落ち着いてから乗ってみようと思います。

先日、久しぶりにお会いした方から、「電車で弥彦に行ってきた」という話を伺いました。普段、車で移動する私は、電車で弥彦に行くという事は考えたこともなかったのですが、車窓からの景色を見ながらゆっくり行くのも良いかと改めて思いました。

最近はいろんな所に地ビールの醸造所があったり、酒蔵の見学ができたりと、鉄道の旅ならではの楽しみもできそうです。(こういう旅をする人を「飲み鉄」と言うようです)JRの大人の休日倶楽部が使える年齢にもなったのでこれからはのんびり鉄道旅も良いと思うこの頃です。

担当は 片桐でした

新築情報コーナー！

この度、長岡市内で木造2階建て住宅の新築工事が始まりました。毎週末の台風襲来に心配しましたが、晴天のもと、無事に上棟することができました。



上棟とは柱や梁など建物の基本構造が完成し、家の最上部を支える“棟木”（むなぎ）とよばれる木材を取り付けることを指します。棟上げ、建前、建舞などとも呼ばれます。上棟式も簡略化され、昔はご親戚や集まってくれたご近所さんにお祝いと福を分ける意味で、お餅や五円玉・お菓子などをまきましたが、今はほとんどなくなりました。完成を目指して安全に工事を進めてまいります。