

粒だより

2021年10月
58粒目



ハロウィン
ジャック・オー・ランタンの怖い顔は、善霊を引き寄せ悪霊達を追い払うと言われ、10月31日のハロウィンの日に玄関回などに飾られます

- 粒だより 10月号もくじ
- 表紙面 社長忙中閑記 畑だより…にんじんの種まき
 - 良いとこだら〜静岡…箱根旧街道 休業日のご案内
 - 内面 ハートトゥハート…福岡県S様【ご主人の分も健康を受け継いで9年目のお客様】
 - OOに突撃…人参と生姜の生産地、長崎県【酒井さん】へ突撃
 - 表紙裏面 かなこさんのレシピ…人参の炊き込みご飯 ほりえの学校…〇×クイズ
 - 貯こっと健康法…足首ストレッチ 編集後記

情報のない究極のそば

お昼に会社の近くのお蕎麦屋さんに行きました。「十割そば 究極」の立て看板が揺れていて前から気になっていたお店です。気になりつつ、いつかそのうち行ってみようか、タイプのお店です。何故かという、そのお店は本来は「日本茶」の喫茶店だったからなんです。「甘味」の看板もなく、煎茶だけなのか？とあまりにも情報がなく見過ごしてしまいました。そのうち夏が来て「かき氷」ののぼりが立ち「お…かき氷、始めた」でも、お煎茶とかき氷って、合わないような…と思っていた先に「十割そば 究極」ののぼりが立ちました。そば好きなのでいつかそのうち、の、そのいつかがついにきました！中に入るとカンカン帽被ったアラフィフの店主一人。お昼休みの一時間。大丈夫だろうか。でも客数ゼロ、それはそれで心配…。そばはオーダーすると、おもむろに何かコネ出した。思わず時間が気になって「何しているんですか？」と腕時計を気にしながらチョイ攻めに入った気持ちで言うと、「ウチは注文してからコネるんで」「動じない…」「え、時間大丈夫かなあ」とつぶやくと「そんなにかからないですよ」と店主。さすが究極人。本当に、ほどなくして「究極の十割そば」を頂くことに。食べ始める人参、れんこん、きのこの小さい天ぷらを「おまけ」にもらい、食べ終わったタイミングでお抹茶を「服頂いて、びったりお昼休み時間内、究極はよく解らなかつたけど、情報の中で生活している、このお店の情報のなさが落ち着かなかつたりしましたが、「こういうのもアリかなあ」と思っていると、お抹茶が妙に落ちてきました。お蕎麦もおいしかった…。(お抹茶は注文です)

かなこさんのかんたんレシピ 人参ときのこの炊き込みご飯

材料(4人分)

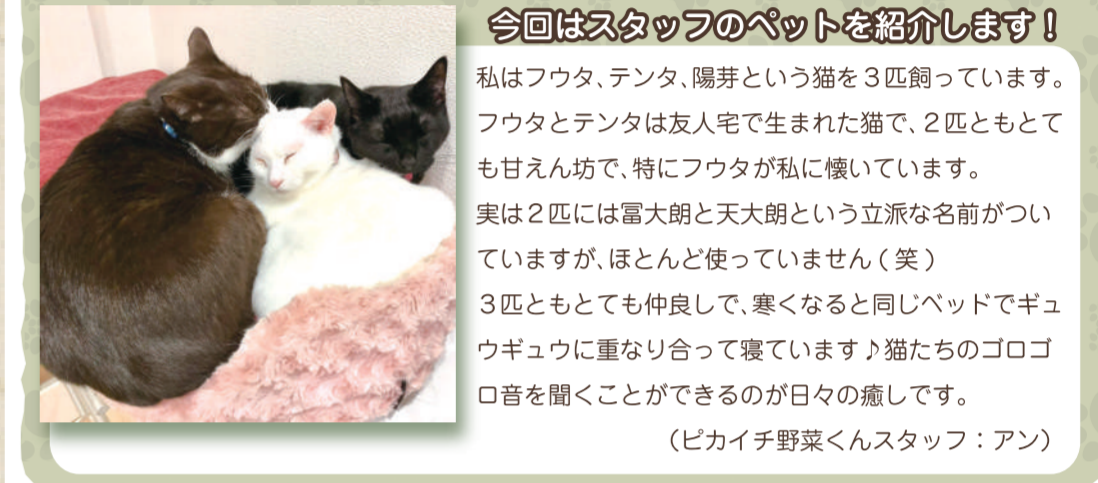
- 米…2合
- しめじ…100g
- ゴボウ…1/4本
- 水…2合分
- 醤油…大さじ2
- ごま…適量
- 人参カス…1本分
- まいたけ…100g
- 鶏ムネ肉…100g
- 料理酒…大さじ1
- 顆粒和風だし…小さじ1
- みつ葉…少々

- ①米は洗って30分以上水に浸け、その後水を切る。
 - ②しめじとまいたけは石づきを取り、手でほくしておく。鶏ムネ肉は細かく切る。ゴボウはアクを抜く。
 - ③炊飯器に米を入れ、水を2合の目盛りまで入れて(A)を混ぜ合わせる。
 - ④人参カス、しめじ、まいたけ、ゴボウ、鶏ムネ肉を入れ、軽く混ぜてから炊飯する。
 - ⑤炊きあがったら10分程蒸らし、茶碗によそいごまやみつ葉で飾る。
- ・料理酒
・醤油
・顆粒和風だし
- 今月のかんたんレシピは秋の味覚のきのこがたっぷり。きのこは食物繊維が多く、栄養価の高い食材です。人参の色合いも良く「ほっこり」味わってください！

ピカイチペットひろば

新企画「ピカイチペットひろば」では、皆様のペットのほっこりエピソードや、おもしろエピソードなど、皆様より寄せいただいたペットとの思い出を、写真と共にご紹介するコーナーです。ご参加いただける方は、ピカイチ野菜くん公式LINEへ頭に「ペットひろば係」と記入いただきメッセージと写真をお送りください。皆様と皆様のペットのご参加お待ちしております！

ピカイチ野菜くん公式LINEの登録はコチラ→ @653cxryl



今回はスタッフのペットを紹介します！
私はフウタ、テンタ、陽芽という猫を3匹飼っています。フウタとテンタは友人宅で生まれた猫で、2匹ともとても甘えん坊で、特にフウタが私に懐いています。実は2匹には富大朗と天大朗という立派な名前がついていますが、ほとんど使っていません(笑) 3匹ともとても仲良しで、寒くなると同じベッドでギューギューに重なり合って寝ています。猫たちのゴロゴロ音を聞くことができるのが日々の癒しです。(ピカイチ野菜くんスタッフ：アン)

良いとこだら〜！
静岡 三島 箱根旧街道の石畳

新企画の「良いとこだら〜静岡」は感染症の収束が見えず、なかなか外に行くことが出来ない方へ、ピカイチ野菜くんのスタッフが地元のいいところを紹介し、おうちで旅気分を味わっていただけたら…そんな思いを込めました。「だら〜」は静岡県の方言、「ていよ」の意味です。

今回の担当はホーリーです！
使用した写真は2017年頃に訪れた時のものになります。

箱根旧街道とは、三島宿から箱根宿までの東海道の一部です。この道は、昔は雨や雪が降ると、すねまで泥につかるような悪路で、箱根峠を超える事はとても大変だったそうです。滑り止めとして、はじめは竹を敷いていましたが、解決できなかったため、石が敷き詰められています。その石畳を、復元・整備した地区が三島市には、笹原(ささはら)・上長坂(かみながさか)・浅間平(せんげんだいら)・腰巻(こしまき)・願合寺(がんごうじ)の5か所にあります。

アクセス 国道1号線三島～箱根の間の付近に点在しています。

畑だより ついににんじんの播種をしました！

前回の畑だよりで書きました里芋に撒いた緑肥の菜々木むぎですが、里芋の成長とともに徐々に枯れてきました。今年は菜々木むぎのおかげで除草作業(草刈り)をする必要はありませんでした。とっても便利！！

それでは本題です。本日は9月9日(金)ですが、ついに人参の播種(種まき)をしました。今年で5年目のピカイチ野菜くんの実験農場ですが今年も無事に播種まで漕ぎ着けました。感無量です！この5年間で、にんじんを播種してからそのまますくすく育つことは一度もなく、台風で圃場が水浸しになったり、台風が運んできた潮風で人参の葉っぱが全て溶けてしまったり…。この台風シーズンの9月～10月が本当に心配ですが何も無いことを祈っております。今年撒いた人参は8割が金美人参(きんび人参)そして2割が黒人参です。両方ともジュースにピッタリ！！去年大好評だった黄色い人参ジュースの原料として育てます。黒人参はポリフェノールが豊富なちょっと変わった人参です。黒い人参ジュースをお試して作ってみたいと思います。1月には収穫予定で農場の管理をしていきます。ぜひ楽しみに！

お知らせ **10月15日(金)は休業日**となります

10月15日は、ピカイチ野菜くん(株式会社一粒万倍)の「**設立記念日**」です

株式会社一粒万倍は、1999年10月15日に有限会社一粒万倍として静岡県田方郡函南町に創業いたしました。2003年にピカイチ野菜くん楽天市場店をオープンして以降、ネット販売を主にしております。最初の一步は小さくても、諦めずに続けていけばやがて大きく広がる。そんな願いを込めて社名を「一粒万倍」とし創業いたしました。

これからどうぞよろしくお願い致します

ほりえのがっこう

中秋の名月という日があるように、秋は他の季節に比べて月がキレイに見える時期だそうです。今月は20日が満月です。ぜひタイミングが合えば、空を見上げてみてください！今回はそんな夜空にちなんで、月や星といった内容に関する〇×クイズです。

- ①月は地球の4分の1の大きさである。 答え()
 - ②月は毎年3、4センチずつ地球から離れていっている。 答え()
 - ③右側が欠けた月は上弦の月と呼ばれる。 答え()
 - ④月の模様は、日本では餅をつくウサギに例えられますが、他の国では、蟹やワニに例えられることがある。 答え()
 - ⑤史上初めて人類を月に着陸させることに成功したとされる宇宙船は、「アポロ12号」である。 答え()
 - ⑥物語の中で月に帰っていくのはかぐや姫である。 答え()
 - ⑦温かいそばにゆで卵を乗せたものが月見そばと呼ばれる。 答え()
 - ⑧星座を構成する星の中で一番明るい星は、こいぬ座のシリウスである。 答え()
 - ⑨太陽系の惑星は、太陽から近い順に並べると、水星、金星、地球、火星、木星、土星、天王星、海王星の順になる。 答え()
 - ⑩金星は英語で「ジュピター(Jupiter)」である。 答え()
- 答えは編集後記の下にあるよ！

貯こっと健康法

カラダを動かす習慣をつけたいけど、時間もないし、体力も心配。そんなあなたに日常でちょこっと出来る運動をご紹介します。**一足首の硬さって実は大事なんですー**ご自身の体力や健康状態に合わせて無理なく安全を考慮して行ってください。

足首が硬いと下半身の動きが鈍くなるし、血行にも良くないしケガをしやすくなる状態をつくり出すことにもなりかねません。柔らかくして日々の動きをスムーズにしていきたいと思います！

椅子に座った状態で、つま先を丸め立てます。立てた状態のまま膝を外側と内側にそれぞれ30秒ずつ程度キープして伸ばしていきましょう。

椅子に座った状態でつま先立ち・かかとをつけてつま先を持ち上げるを交互に繰り返しましょう。ふくらはぎも伸ばせて一石二鳥！

編集後記 10月となりました。最近思うのですが、粒だよりも段々読み物として文章が多くなりなんだか新聞みたいだな〜と思います。お伝えしたいことがたくさんあるので、まだまだ一部ですが少しでもお伝えできるよう頑張ります！今回は新企画、ペットの紹介などちょっとほんわかテイストに加え、秋の味覚のレシピ(にんじんの搾りかす使用レシピ)や現在の畑情報も交え盛りだくさんです！今期もよろしく願います！
國末健太

ピカイチ野菜くん 株式会社一粒万倍
〒419-0123 静岡県田方郡函南町間宮897-1
営業時間 平日 9:30 - 18:00 (土日祝日は休業です)
TEL:0120-09-1831 FAX:055-977-7833 MAIL: info@pika831.com