

meguma

2022.2月号...vol.166



缶詰フードと水分補給

今年の冬は例年よりも気温の低い日が続いていますね。お家のワンちゃん、ニャンさん、お水を飲む量が減っていませんか？ 先日、獣医さんの待合室にいた時、訪れる患者（犬・猫）さんが次々に「尿路結石」と診断されていてビックリしました。原因のほとんどは、飲量の減少により、尿の中に毒素と排出されるべきものが「流れず」体内に残ってしまうため。飼い主さんは口々に「どうしても飲んでくなくて...」と仰っていました。『水分＝水』という固定観念を外せば、『水分＝缶詰フード・水分・ささみの茹で汁・すりおろしたリンゴ...』など。『どうしても水が飲めない』ということは無いです。ドライフードをふやかして水分を含ませてあげてもOKですが、水分量も含まれて、栄養バランスが整っている『総合栄養食』と明記された『缶詰フード』は大変オススメです！ 結石ができてしまうと日頃から工夫が大切ですが、

カスは不用?! 酒かすは神です!

『カス』という言葉は「良い部分を取り除いた残り物・不要なもの」を意味しますよね。最近、私が調味料としても、栄養サポートとしても「神!」と思っている「酒かす」... カスどころかカミなので、「使い方がわからない」と遠くにせず、身近な万能調味料にオススメします! 簡単な使い方としては、料理酒を酒かすに代えるだけ! 調味料代わりにも、ドボドボ使う料理酒の量に十分匹敵します。酒かすの特有の香りが苦手という方は、調理で加熱すればアルコール臭はとびますので安心です。市販の料理酒だと、塩分と塩分が旨味に加えられていることが多いので、塩分をしっかり抑けたい方には酒かすがおススメですね。酒かすには... 不用といえる健康に欠かせない栄養素が豊富に含まれています... 何れは、たんぱく質、食物繊維、アミノ酸、ビタミンなどなど...



高血圧や肥満を予防したり、がん細胞を作りにくくすると言われています。免疫力UP、美肌効果の力も高く、現代に生きる私たちにとても大切な酒かす様といっても過言ではありませんね。あまり加熱しすぎると栄養素が壊れてしまうデメリットを気にされる方には、お味噌汁やスープなどをいつも通りに作って、召し上がる直前に、酒かすをほんの少し溶かしてから頂くのをオススメします。とても味にコクが出て旨味が増すので、いつものお味噌汁も一段と美味しくなり、栄養力西もグッとUPに言えるでしょう! 私事です! 見切品が好きな方(笑) ちみと魚度の落ちた魚の切身やお肉を買ったとき、酒かすを塗ってジッパー付の袋に入れて一晩寝かせる。もしくはそのまま冷凍して調理に丁度よく、魚や肉の旨味成分がアミノ酸や果糖を引き出す。見切品とは思えない高級食材に大変身! もう、これを知らなければ、酒かすは欠かせない調味料になります。今では味くらべに、金魚酒の酒造会社から出ている酒かすを数種類、冷蔵庫にストックに楽しんでいます。ぜひお試しください。



本当はココが「見せ場」

シーリング(コーキングともいいます)工事。外壁、水回りの止水や、部材間の伸縮緩衝に充填します。

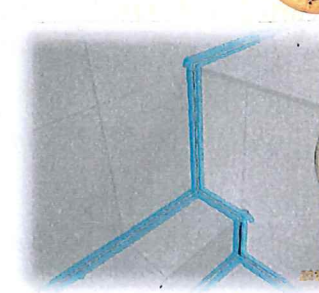


写真のシーリング材を打ち込んで、美しく均す... 通常は作業完了したところしか見られませんが、経験、技術を要する繊細な作業です。

私の中では、その工程の『見せ場』はテープ貼り!!



ピシピシ!! とテープを貼る職人さん、とても凛々しくみえます(笑)



この繊細なテープ貼りなくして、美しい仕上がりはあり得ないのです。

これぞプロの技。試しにやってみると、どれだけ難しいかわかりますよ~

※発行元 meguuma 建築部 編集長 山崎 へん
 売建設(株)
 新宿区新町 1-10-4
 Tel. 03-3350-6689
 Fax. 03-3350-8186