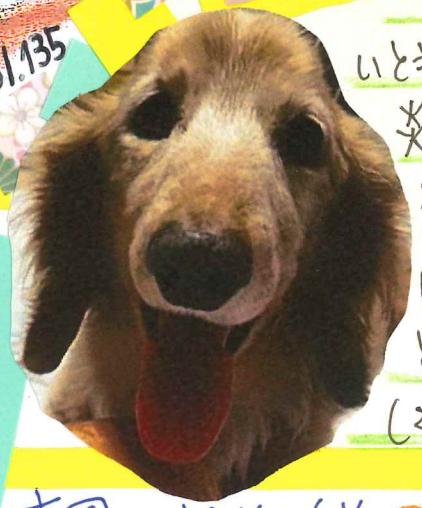


megumiマガ

鮭の皮



2019.8月号.. Vol.135

夜風いよいよ秋を感じるようになりましたね。

「鮭」といえば、おにぎりや弁当で通年身近に感じられる魚ですが、今はまさに今!から1ヶ月頃まで、「秋鮭」と呼ばれる種類は、正式には「白鮭」(一般的に日本で鮭といふと白鮭)で、秋の産卵をひかえた脂がのった最高に美味しい旬の白鮭を「秋鮭」と呼びます。

「鮭」の身のことなら、他の雑誌で情報多め!
ここはmegumiマガ! 鮭の「皮」をオススメします!
焼鮭などの鮭、皮を召し上がりますか? 私は絶対残さず食べます!(レストランなどでは、食べても食べないでもマナー的にはどちらもOKだそうです) 鮭の栄養価を調べると、他の魚に比べ、群を抜いています!! しかし、

実はその群を抜く栄養価は「皮」にあるのです!! 焼鮭はよく食べけど皮は食べない...では、とてもともモツタイナ! 皮に豊富に含まれるDHA・EPA・ビタミンD・B・Eは記憶能力向上(ボケ防止)、体内の有害物質を除去していく大きな働きがあります。また、何と言えどコラーゲンがスゴイ!! 動物性のコラーゲンは多種あります。魚の皮のコラーゲンが最も純度高く、吸収率が良いことから、大手の健康食品メーカー、化粧品メーカーの「コラーゲン配合」には「鮭のコラーゲン」なのですとうです。一年で最も美味しい旬、「皮」も旬が一番美味しい栄養満点!! カリッと香ばしく焼いた今年の秋鮭は「皮」をぜひご賞味ください! 昨今、「鮭の皮のスナック」など、あまりおやつとしても店頭に。巷も大注目!!!

甘~い水が

ワンちゃん向け
のお話ですが、今
回は「人にモセム。

酷暑(35℃)から開放され朝晩25℃。10℃下がるといふと本能的に涼しいと判断→食い水も飲む量が減る→急性腎不全・脱水・膀胱炎など。体内の水分不足による急性疾患が増えます。気管支炎もそのひとつ。「水」は飲んでくれなくて「甘味」が大好きなワンちゃんは、今が旬。「梨」をすりおろしたジーストがオススメ。梨は体内をとけて潤してくれます。呼吸器系が弱いワンちゃんの肺や気管も潤してくれ、せき止めになります。いつもの「水」に「梨ジースト」加えて下さい!

今月の工事
(東)社長 森山 伸也

年中無休「勤続25年!」

「夏季休暇中のお困りごとは社長まで!」と先月号に記載。給水設備のトラブル来ましたー! 夏季休暇真っ只中に! ビルの受水槽(水道本管からの水を溜めておくタンク)への給水が止まらず、大量の水が無駄になっていました。

原因はココ!!!



「満水になりましたー!」という信号が来ると、本来ならこの中のバルブを閉じて、水を止める機能があります。

お休みなのに快く引き受けてくれた職人さんと、休みなく営業してくれる材料屋さんのお蔭で…



無事修理完了。

こういう時、つい出てしまう決まり文句。
「休み中に限って起きるんだよな~」
でもね、、、このバルブは、休みなく25年間働いてくれました。
最期がたまたま休み中だっただけ。

むしろこの時だから、テナントさんにご迷惑かけずさりげなく修理もできました。

「休み中を選んでくれてありがとう~」が正解でした。

24時間365日・勤続25年お疲れ様!

業行元 megumiマガ編集部
(株)新宿建設
新宿区西新宿1-18-4
TEL: 03-3350-6699
FAX: 03-3350-8106