

笹崎辰裕コメント

このごろ空気の冷たさに秋の気配を感じています。

これを書いているのが9月の後半。世間は衣替えの時期ですね。今年の猛暑にノーネクタイのクールビズで過ごした私。身体の中からも冷やそうとして食後の一杯を欠かさなかった私。

もうそろそろ秋の装いをとってネクタイを取り出し、ワイシャツの第一ボタンを閉めようとした瞬間・・・息ができない。梅干を食べたような表情をしてようやくボタンがとまりました。きつい。くるしい。せつない。

こんな思いをするなら、ちょっとは控え気味な食生活を送ればと思ったのですが、後の祭りです。といっても、私晩酌は350mm一本しか飲まないのですが身体の燃費がいらいらしく、食べたら食べただけたまっていく脂肪。丸みを増す胴体。

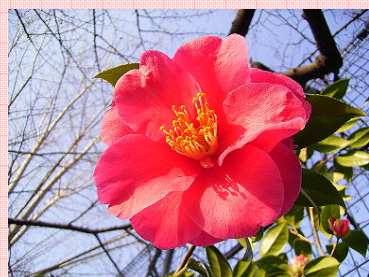
以前早朝ランニングをしていた時にOBのお客様にお会いしたことがあったのですが、その時の肉体がとて昔の頃感じられます。ということで今年は食欲の秋は『控えめ』にいきたいと思えます。何事にも省エネ。大事ですよ。

・・・・・・え？夏野菜食べすぎ？

株式会社三井工務店：笹崎辰裕

三井

通信



10月に咲く花：山茶花（さざんか）
花言葉：困難に打勝つ、ひたむきさ

NO.9 10月号
平成20年10月1日発行
編集：金子健太

☆特集：簡単！きのこ料理レシピ

※HP：キノコの森様より抜粋

ようやく涼しくなって来た今日この頃、この時期なぜか食べなくなる『きのこ料理』の簡単レシピを今号ではご紹介いたします。ご参考ください。

きのこの山かけ



- 材料：
- ・生しいたけ（石づきを取る）
 - ・◎（卵黄2個 醤油小さじ1/2）
 - ・しいも（皮をむいて酢水に漬ける）
 - ・わさび（おろす）

- 作り方
- ①小さい器に◎の卵黄を入れ、しょうゆも加えて一晩冷蔵庫に入れておく。
 - ②しいたけは軸を下にして、焼き網で焼き、焼き色がついたら、ひっくり返してかさをさっと焼いて手で2つに裂く。
 - ③しいもは水気をふいて、ビニール袋にいれ、すりこぎなどでたたく。
 - ④器2つにそれぞれに2.、3.をのせ、1. もしょうゆごと乗せ、わさびを添える。

しいたけステーキ



- 材料：
- ・生しいたけ（石づきを取る）6個
 - ・オリーブ油 大さじ11/2
 - ・にんにく（粗く刻む）2片
 - ・ローズマリー 4～5cm
 - ・塩、こしょう 各少々
 - ・トマト（輪切り）1個
 - ・パジル（せん切り）適量

- 作り方
- ①しいたけは軸を抜いて、軸は2つに裂く。
 - ②フライパンにオリーブ油とニンニクを入れて炒めて香りを出しローズマリー、しいたけを加えて炒める。
 - ③2.に軽く塩、こしょうをして皿に盛り、トマトとパジルを添える。

料理は全くしない食べる専門の私でも何となく出来そうなこの2品。夕食にもう1品！、または晩酌のお供にという時にぜひお試し下さい。

与えられて選ぶんじゃなくて
その足で踏み出して
闇に立ち向かう強さあるはず
だってそうして人は何度でも

安室奈美恵
『Baby Don't Cry』

☆表紙 安室奈美恵 『Baby Don't Cry』より
☆もくじ 左 笹崎辰裕コメント
☆特集：簡単！きのこ料理レシピ

右 家和来枝 ～やわらぎ～ 藤田様
裏表紙 天体観望しませんか！？

家和来枝 やわらぎ

現在小国町で建築中の藤田昌伸（まさのぶ）様邸の上棟式でのエピソードです。ご主人（昌伸様ご本人）、奥様（保美（ともみ）様）、お子様の采（こと）ちゃん、晴（はる）ちゃんの4人で住まわれるお住まいです。去る8/29（金）に上棟を迎え、現在大工工事の真っ最中です。

只今建築中！ 長岡市小国町：藤田様



上棟祭での1コマです。左の写真は下で待っているご家族に向かってピースサインを送る、ご主人様です！下では奥様が写真を撮っておられました。



『雨降らないといいなあ・・・』との思いとは裏腹に上棟当日は生憎の曇り空。しかし上棟式を屋根の上で行なうか、2階のフロアで行なうかで迷っていた時、ついにぽつぽつと雨が。。

実際建築を行なう際、特に上棟日は雨が降ったとしても、『雨降って地固まる』のことわざ通り縁起の良いものではありませんが、それでもやっぱり雨はちょっと・・・というのが本音。「しょうがない」と思って2階で準備を始めた途端、雨はすっきり止んで急遽屋根の上で上棟式を行なう事になりました。

「雨止んだので屋根の上で（上棟式）やりましょう！」
「えっ！？屋根上るんですか！？」
と、今度はご主人の表情が曇り空に。。

実は高所恐怖症だったご主人。それでも一生の思い出だからと、無理を言って上っていただきました。その節は本当にありがとうございました。

まだまだ工事は続きますが（11月竣工予定）職人の皆様と力を併せて、藤田様のお住まい造りに努めて参りますので今後とも何卒宜しくお願い致します。今回は掲載に御協力いただき誠にありがとうございました。

担当：藤田樹彦 金子健太
スタッフ一同

(株)三井工務店

TEL 0258-28-0785
長岡市大島本町3-8-12
HP <http://www.mituik.com>
メールアドレス
sasazaki@mituik.com
常設展示場
毎週土・日・祝祭日
AM10:00～PM5:00 OPEN



三井通信は弊社OB施主様、長岡市、小千谷市、見附市の一部、川口市の一部、柏崎市の一部に配布しております。不要な方はご一報ください。編集担当 金子