

“つくれる文具屋さん”の木阪賞文堂がお届けする

輝くステキな女性にささげる、ミニ情報誌です。

第256号

2024年

9~10月号

発行

いどばた辞典

回覧

いきいき悠々生活

「チェス」の魅力は？

チェスは2人で行うボードゲームの一種です。起源は紀元前にさかのぼるとされ、古代インドの「チャトランガ」が、現在のチェスと非常によく似たルールでプレイされていたと考えられています。

現在のチェスのルールは、先手・後手それぞれ6種類16個の駒を使って、相手のキングを追いつめるというものです。2人で交互に打つことや駒の動かし方が将棋と似ていることから「西洋将棋」と呼ばれることもありま

すが、将棋との最大の違いは、取った相手の駒を使うことができないことです。

そのため、駒が少なくなるほど一手の重みが増し、中盤になるとプレイヤー同士の消耗度合いや戦況の有利・不利がはっきりと分かります。それぞれの立場になったプレイヤーがど

のように戦うかがドラマを生み出し、アマチュア同士の対戦であれば終盤の逆転劇も頻繁に起こります。駒やボードの美しさやプレイ時に漂う知的な雰囲気も人気の一因です。



さらに、将棋(や囲碁)と同様に、思考力・集中力・記憶力・忍耐力・判断力を養うことができると言われます。学校の授業で行われている国もあるそうです。

チェスを始めたいと思ったら、入門書や初心者向けサイトで駒の動かし方と基本的なルールを覚えてみましょう。覚えたら、今の時代はインターネットで世界中のプレイヤーと繋がれますが、やはり現実で人と関わってこそその趣味ですので、地元のサークルなどに顔を出してみることをオススメします。

～ 秋ナスは普通のナスと違う？ ～



ナスは年中スーパーで見かける野菜ですが、本来の旬は夏から秋にかけてです。ナスと秋ナスの大きな違いは、収穫する時期と食味です。

夏のナスが6月～8月に収穫されるのに対し、秋ナスは9月～10月に収穫します。秋ナス専用の品種があると思われることも多いですが、実は特に定められていません。種まきや苗の植え付け時期をわざと遅らせることによって、収穫開始のタイミングを遅らせることもあります。

夏のナスは、勢いはあるものの、高温で直射日光が強い時期に育つので、皮が厚く種も大きくなりがちです。食べた時に皮が硬いと感じたり、実の水分が少ないと感じることがあります。秋ナスは、夏に比べると気温が下がって日射も弱まるため、皮が柔らかく食べやすいといわれています。昼夜の温度差や過度な乾燥がない分、実の肥大がスムーズに行われ、旨みや甘みが濃くなり、肉質も柔らかく美味しいナスになります。



暮らしの「？」を解決します！

いどばた調査隊



5歳若返るヒケツ

～ベジファースト～

「ベジファースト」とは、ベジタブル(野菜)ファースト(最初)、つまり「野菜を最初に食べる」という食事法です。最大の特長は、野菜を最初に食べることで「血糖値の急激な上昇を抑えられる」ところです。ご飯などの炭水化物(糖質)から先に食べてしまうと、血糖値が急が上がってしまうので、脂肪を溜め込みやすくなったり、生活習慣病の発症リスクを高めたりする恐れがあります。野菜にはでんぷんを消化・吸収する速度を遅らせる「水溶性食物繊維」が含まれているので、野菜から先に食べることで血糖値の急上昇を防ぎ太りにくい体質へと

導いてくれます。また、野菜には食物繊維が豊富に含まれているので、最初に食べることで満腹感も得られます。主食や肉類といったおかずの摂取量も自然と減るので結果的にダイエットに繋がります。

健康やダイエットを意識して食事の内容を変える必要はなく、食べる順番を「野菜から」にするだけなので、誰でも手軽に取り入れられる点が、ベジファーストの最大の魅力と言えるでしょう。



今月の処方箋

ベストを尽くして後悔した人はいない。

— ジョージ・ハラス (アメリカンフットボール元選手) —



先人の言い伝え

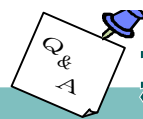
ことわざ百選

背に腹はかえられぬ

何か切迫した困難や問題を解決しなければならぬ時に一つの重要なものを守るために「他のことを犠牲にせざるを得ない」という意味で使われます。『江戸いろはかるた』の「せ」にあたり、武士などの「五臓六腑の収まった腹(重要なこと)を守るために、背中への傷(少しの損害)は受け入れる」という在り方に基づいています。「背」を他者、「腹」

何か切迫した困難や問題を解決しなければならぬ時に一つの重要なものを守るために「他のことを犠牲にせざるを得ない」という意味で使われます。『江戸いろはかるた』の「せ」にあたり、武士などの「五臓六腑の収まった腹(重要なこと)を守るために、背中への傷(少しの損害)は受け入れる」という在り方に基づいています。「背」を他者、「腹」

を自分に見立て、自分の重要な目的や安全を守るためには、他人のことを考える余裕がなくなる…という状況を指すこともあります。いざというときに「優先順位をつけることの大切さ」を教えている言葉とも考えられています。



暮らしのリフォームQ&A

【Q】 リフォームで全館空調システムを取り入れることはできますか？

リフォームでは、事前に現在の家の断熱性能を診断します。断熱性や機密性が不足している場合、強化が必要です。築年数が古い建物の場合は、柱や梁などの構造体を残して、外装・断熱工事・気密工事・内装工事を行います。劣化した構造体の補強・補修も同時に行い、その後機器を設置することになります。

全館空調システムの超高性能フィルターは花粉やPM2.5などの微粒子を99.9%除去できます。家の中がきれいな空気で満たされ、部屋の温度差が少ない快適な住まいが実現できると人気です。ヒートショックを起こす確率も下がり、各室個別の温度管理も可能です。



断熱材が入ってない建物はスケルトンリフォームが必要になります



美味食材を味わう

とっておき★旬レシピ

9月のとっておき★ほっとする中華味♪ひき肉と春雨のスープ

- ① 春雨を熱湯でやわらかくもどし、サク切りにする。ひき肉に(A)をよくもみ込む。



- ② 鍋にごま油とひき肉を入れて中火にかけ、菜箸数本で混ぜながらひき肉がほろほろになるまで炒める。

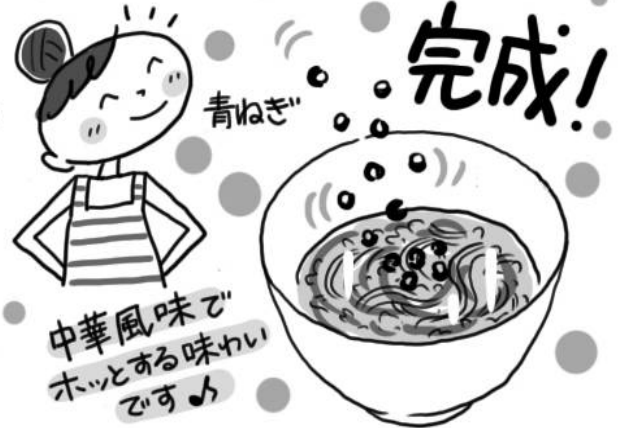


材料(2人分)
 豚ひき肉: 70g
 春雨: 20g
 ごま油: 大さじ1/2
 青ねぎ: 2本
 (A) しょうゆ: 小さじ1/2
 酒: 小さじ1
 こしょう: 少々
 (B) 鶏ガラスープ: 2カップ
 酒: 大さじ1/2
 (C) しょうゆ: 小さじ1/2
 しょうが(しぼり汁): 小さじ1/2
 塩: 少々

- ③ (B)を加えて煮立て、アクをきれいに取ったら春雨を加える。



- ④ (C)で調味して器に盛りつけ、小口切りにした青ねぎを散らす。



【参考】キッコーマンホームクッキング <https://www.kikkoman.co.jp/homecook/>

ご存じですか?

春雨は、じゃがいもなどのでんぷんを原料として作られる透明な棒状の食べもので、カテゴリは麺類に分類されます。水で戻すと柔らかくなり、つるつるとした喉越しやコリコリとした食感が特徴。特に、サラダ・スープ・炒め物などの料理に

適しており、和食や中華料理をはじめ様々なアジア料理で使用されています。日本には緑豆春雨・普通春雨・韓国春雨の3種類の春雨が流通していて、お値段的にも手取りやすく、スーパーの乾物売り場などで購入できます。中華街などの専門的な商店では、きしめんのように幅が広い「板春雨」も並んでいます。



長年人気のチョコ菓子を買って

QUOカードPayをゲット!

チョコバット発売60周年キャンペーン

三立製菓株式会社(さんりつせい)は、静岡県浜松市に本社を置く菓子メーカーで、「カンパン」や「源氏パイ」で知られています。棒状のパン生地にチョコレートをコーティングしてバットに見立てた「チョコバット」も同社の主力商品の一つで、1964年(昭和39年)より販売されています。当たりくじ付きで、パッケージ裏側に「ホームラン」「ヒット」「アウト」のいずれかが印刷されており、ホームランなら1枚、ヒットなら4枚で、チョコバットをもう1本もらえます。これまで、「チョコバットエース」「ミニチョコバット」といったシリーズ商品が展開されてきました。

発売60周年を記念して、対象商品を購入したレシートで、QUOカードPay 1,000円分が当たるキャンペーンを行っています。奮ってご応募ください。(対象商品「がんばれチョコバットくん」は、当たり付きではない、チョコバット9本入りのファミリーパックです)



チョコバット発売60周年キャンペーン

【賞品】 QUOカードPay 1,000円分 …1,000名
Wチャンス/チョコバットA(エース) 1箱(30本入) …100名

【応募方法】

対象商品1点以上を購入したレシートを撮影し、キャンペーンサイトの応募フォーム(「ご応募はこちらから」)にアクセスしてアップロードし、必要事項を入力してご応募ください。

【レシート有効期間】 2024年3月1日(金)~2024年11月30日(土)

【応募締切】 2024年11月30日(土) 23:59まで

【キャンペーンサイト】 <https://chocobat-60th.makers-pts.net/>

【お問い合わせ先】

チョコバット発売60周年キャンペーン事務局
メールアドレス: chocobat-60th@makers-pts.net
開設期間: 2024年12月27日(金)まで



おえかきワークショップ
mizutamaさんと
“やない〜ね！”

白壁の町並みで手描きの世界を楽しもう！



木阪賞文堂は、皆さまのおかげで今年創業130周年を迎えることができました。この特別な節目に、白壁の町並みの一角にある店舗2Fで、イラストレーターmizutamaさんによるワークショップを開催することが叶います。mizutamaさんのあたたかい手描きの世界に触れながら、ゆったりとした時間の中で創造力を広げてみませんか？少人数制ですが、伝統的建造物の独自の空間で、心温まるひとときをお楽しみいただければ幸いです。合言葉は「やない〜ね！」です。

開催日時・会場

2024年11月3日(日)

文化の日&文具の日

① 10:00~11:30

② 14:00~15:30

参加費：5,500円(税込)

※当日会場にて集金させていただきます。

木阪賞文堂 白壁店2F

〒742-0022 山口県柳井市柳井津452

※JR柳井駅から徒歩6~7分
※熊毛・玖珂インターチェンジから
お車で約20分

募集期間・応募方法

2024年9月10日(火)~9月30日(月)

・Googleフォーム



・FAX：0820-22-9506

※別途申込書に必要事項をご記入・ご入力の上、
お申込みください。

【定員】各回10名(抽選とさせていただきます)

柳井市枠4名・山口県枠3名・県外枠3名

※当選者の方には10月3日(木)午前中までにご連絡いたします。
※当日の持参物等は当選者の方に後日お伝えします。

内容

mizutamaさんの優しい指導のもと、心温まるイラストを描くワークショップです。日常の小さな幸せや素敵な瞬間を、イラストで表現してみましょう！
文具好き、イラスト好き、そして手描きの世界観に興味のある方、ぜひご参加ください！

お願い

※今回、中学生以上の方が対象となります。
保護者の同席はご遠慮いただきたく存じます。
※会場は古い建物の2Fとなるため、小学生以下のお子様の同伴は固くご遠慮いただきたく存じます。
何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

講師紹介



イラストレーター mizutama

mizutamaさんは、見る人の心をほっこり温めるイラストで人気のイラストレーターです。初心者の方でも気軽に楽しめる、アットホームな雰囲気ワークショップを全国各地で開催されています。ぜひこの機会にmizutamaさんの世界観を体験してください！

mizutamaさんと“やない〜ね！” おえがきワークショップ申込書

下記事項をご記入のうえ、FAXでお送りください。

■ FAX : 0820-22-9506



募集期間：2024年9月10日(火)～9月30日(月)

申込日：2024年9月 日

ふりがな お名前	様
ご住所	〒 -
TEL	- -
FAX	- -
メールアドレス	
希望時間	①午前の部 ・ ②午後の部 ①、②どちらかに○をつけてください。
備考（ご質問等）	

※当選者の方には10月3日(木)午前中までにご連絡いたします。



ふわく&ワクワク40年

～ 未来に生きる AREA DENKEN 871 ～

SKETCH BOOK

日 本 国
柳 井 津



YANAI
PASSPORT

AREA-DENKEN-871

昭和59年12月10日に柳井市古市金屋地区が重要伝統的建造物群保存地区に選定され、今年で40周年を迎えます。

これを記念して、10月20日(日)にささやかですが記念式典と講演会(※)が開催され、当日一般聴講頂ける方20名様限定でこちらのパスポートを進呈させていただきます。聴講ご希望の方は、事前に(有)木阪賞文堂までお申し込みください。今迄のエピソード等を振り返りつつ、現在ある資源を最大限活用すべく将来の古市金屋地区のあり方を考える…そんなきっかけとなる式典、講演会になると嬉しいです。大風呂敷は拵げず無理のないように身の丈に応じてコツコツと積み上げられると良いのですが。当日お手伝い頂ける方がいらっしゃいましたら併せてお申し付けくださいませ。

(記:木阪泰之)

(※):10月20日(日)13:00～16:00

みどりが丘図書館(柳井市立図書館)

- ・測量野帳をベースに企画制作した限定アイテム。
 - ・画像はイメージデザイン。現物は金箔押仕様です。
- 外寸H165×W95×D6^{ミリ}、40頁。9月後半に完成予定。

(追記)

- ・10月20日(日)～11月4日(月)迄、町並み周辺の施設・店舗18箇所を巡るスタンプラリーも同時開催いたします。
- ・10月22日(火)以後、町並みスタンプラリーご参加いただける方 先着80名様にも(柳井市町並み資料館にて)パスポートをお渡し予定です。

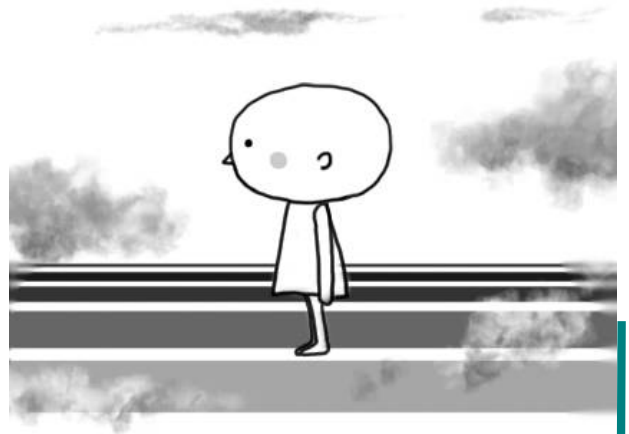


元氣の出る
ことだま
言葉

無理をするな、素直であれ。
すべてがこの語句に尽きる。
この心構えさえ失わなければ、
人は人として
十分に生きてゆける。

種田山頭火

俳人



そうだ！賞文堂！行こう！

会社名 つくれる文具屋さん(有)木阪賞文堂

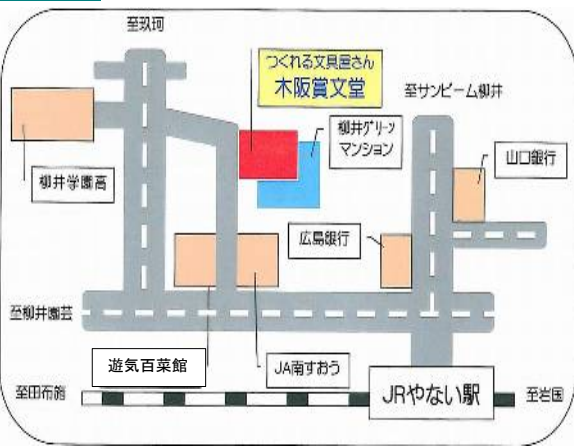
◆今月のおすすめ 商品(サービス)のご案内

シャチハタ ジカケル(水性・無色)
マスキング用下地ペン 登場!!



特にカモイ加工紙さんのマスキングテープとの相性は抜群です。従来のマスキングテープの上から水性ペンやボールペンでの筆記は難しかったのですが、このジカケルの登場でその苦労ともサヨナラです。しなりが良く耐久性に優れた、ブラッシュタイプのペン芯を採用。様々な幅のマスキングテープに効率よく塗布できますよ。

(記:賞文堂スタッフ)



赤い屋根の木阪賞文堂です。

遊気百貨館さん(旧Aコープ柳井店)近く、柳井グリーンマンション前。JR柳井駅より450m、車で約70秒。

『市内だから歩いて行ける、市内なのに車で行ける』
20台駐車OKですよ！ご来店お待ちしております。(木阪記)



中央店スタッフの似顔絵です。

■スタッフ人数8名(中央店7名、白壁店1名)

★小型レーザーを勉強中。お名入れ等短納期で対応出来るよう検討しています。
・モットー 『当社の商品・サービスを通じてお客様を幸せにすること!』

・会社の場所 〒742-0035山口県柳井中央3-9-2
(柳井グリーンマンション前)

・連絡先 TEL(0820) 22-0150

★ホームページ <https://sirakabe.com>

★Eメール info@sirakabe.com

