

フォレスト・ニュース



No 16 (不定期発行)
平成 19 年 7 月 20 日

新入生歓迎食事会



毎年恒例の《歓迎食事会》が、4月22日に行われました。新入生歓迎会は、一年のうちで管理人が最も気合をいれてご馳走をご用意する日なのであります！

始まる直前は、「今回は、白けたりしないだろうか？」などと気をもむのですが、幸いなことにいつでもそれは杞憂に終わります。最初こそ、まるでお通夜のようにシ～ンと静かなのですが、そのうちお互いに気づまりがほどけてくるとワイワイにぎやかな会話が始まります。

新入生にとって特に貴重なのは、先輩から就職活動やゼミについての話が聞けることです。今回も3、4年生や院生に対して熱心に質問をする下級生の姿が見られました。今年の新人は総勢7名（男子5名・女子2名）です。

大学生活もひとり暮らしもすべて《若葉マーク》のフレッシュさん達ではありますが、先輩の皆さんは、これからも彼らに良きアドバイスをお願いいたします。それから今回つごうがつかなくて出席できなかった方は、次回の食事会には是非ご参加くださいね！

こんなお店、見つけ！

自転車で行ったら15分ほどのごく近場に、『京成バラ園』があるのをご存知でしたか？ここには、7000株を超える種類のバラのほか、様々な花が咲き誇っています。入場料もバラの最盛期以外は入場料が300円と安く、手頃な「癒しスポット」となっています。

ところで、このバラ園のすぐそばには『ピッコロモンド』という有名なイタリア料理の店があるんです。イタリア人シェフがつくるピザやパスタは本格的で、小さな店内はいつも混みあっています。ランチタイムなら、それほどフトコロもいたまわずに本格的イタリアンがいただけます。ただしとても人気店なので、電話で予約を取ってから行ったほうが待たされずにすむかもしれません。

- ピッコロモンド
- 八千代市大和田新田758-43
- 047-459-6779

続々誕生する『生活便利スポット』

最近完成したばかりの<北習志野と八千代間を結ぶ道路>は、広々していて快適ですね。

フォレスト周辺の大規模開発もいよいよ本格的になってきました。オシャレな感じの家が、続々と空地に立ち並び始めていますね。5月10日には、「マミーマート」がオープンしました。

店内にはファミリーレストランの『ガスト』を擁するほどの規模の大きなスーパーです。以前『マミーマート』というなんとなくローカルな感じのネーミングを聞いた時は、てっきりファミレスに毛のはえた程度のものを想像していたので、この大きさにはビックリしました。



それから待望の病院もできましたね。

「ちとセクリニック」といい、内科・外科・消化器科・肛門科があります。街づくりはこれからも急ピッチで進むことと思いますが、ますます便利になるようでとても楽しみです。

モモで～す！

先月から、我が家に家族が増えました！ウチの長女がなんの打診もなしに、いきなりメスのチワワの赤ちゃんを連れてきたんです。そうでなくてもワンパクな柴犬の世話で手一杯のところだったのに、これ以上犬なんか飼えるか、ということで一時は頭を抱えました。先を考えると不安なことだらけでしたが、飼ってみるとこれがすごく可愛い。ものすごく人なつっこくて、誰かが家に帰ってくると、小さいシッポをビュンビュン振って、全身で喜びを表現するんです。以前、コマーシャルでチワワのウルウルの瞳が話題になりましたが、実際彼らの濡れたような大きな瞳は、何かを訴えかけてきますね。柴犬レオは、たとえば『なでなで』しても、必ずといっていいほどその直後に体をブルブルとふるわせます。それがまるで、「あ～、さわられちゃったよ！気色わる～」とでも言いたげに見えてしまうんです。ところがチワワは、まず『抱っこされたい』『遊んでもらいたい』『かまって、かまって』というサインをカラダいっぱいに出してくるんですね。こういう『甘え上手』なところは、ホント、得ですよ～。



しばらくは、チワワの『モモ』が、我が家のスーパーアイドルであることは間違いないでしょう。

(追記)

この原稿を仕上げた時点で、実は長女が自立し、遠方に引っ越すことになりました。モモとの同居は、今となっては短い夢となってしまいましたね。

『モモよ、幸せになるんだよ～』 (; ;)

シングルクッキング

ひとり暮らしで大変なものの一つに、『食事作り』があると思います。毎日のご飯づくりが妙に面倒な時ってありますよね。

「あ～あ、めんどくせえや、今日もカップ麺だ！」な～んて考えている諸君！カップ麺は、塩分と炭水化物以外には、ほとんど栄養がありませんよー！

そうは言っても、勉強やなにかで忙しくてインスタント食に頼りたくなる時だってありますよね！そんなアナタに、耳寄りの情報をお教えしましょう！

インスタントにできて、しかもカラダには抜群にいいレシピがあるんです！

それは、「手作り玄米パン」です。玄米が、カラダにとっても良いのは、皆さんご存知だと思います。ただし、炊くのが大変とか、その割にはおいしくないとか、様々な理由で玄米食は敬遠されているようですね。ところがこの『玄米食』は、インスタントにできてしかもおいしいんです！

実はこのレシピは、90歳近くの女性から教わったものです。なんと、その方は高齢でありながら、車の運転をこなし、音楽コンサートや趣味の会に出かけたりと、はつらつとした日々を過ごされているんです。で、彼女いわく、若さの秘訣は30年来続けているこの『玄米食』にあるとおっしゃったんですね。

最近疲れやすいとお嘆きのアナタに、この女性の秘伝のレシピを紹介いたします。

(玄米もちの作り方)



- ① 3合の玄米をミキサーで挽いて粉状にする。(3合あれば、20個前後できる)
- ② 玄米粉に水を加える。
- ③ 一口大のダンゴ状にまるめる。
- ④ 大きな鍋に熱湯をわかし、ダンゴをひとつずつ落とし茹でる。
- ⑤ 浮いてきたダンゴを穴あきお玉ですくい、水をはったボールに入れて冷やす。
- ⑥ 冷やしたダンゴの水分をきって、冷凍する



- ⑦ 食べる時には、数時間前に必要な個数だけ自然解凍（一人分で3~4個もあれば充分）
- ⑧ 解凍できたダンゴをできるだけ平たく伸ばし、小判状に形づくる。



- ⑨ 小判状のヤツを裏表にひっくり返しながら、フライパンかトースター等でコンガリ焼く。

- ⑩ 皿に並べ、ソース等をつけながらいただくとおいしい。

玄米を挽くのが面倒な方には、《玄米粉》が、健康食品店などに売られています。玄米には、様々な栄養成分が入っていますから、おかずもたくさんは必要ありません。

しかも、これはおやつ感覚でおいしく食べることができます。

例えば、暇な時に『作りだめ』しておいて、試験などの忙しい時に利用するのはいかがでしょうか？

『カラダに良くて、簡単便利なごはん』、一度試してみたいはかが？



暮らしのピンポイント

キッチン、洗面所、トイレの3ヶ所は、日々の生活になくてはならない大切な場所。でも、排水が詰って流れなくなったら大変。場合によっては業者を呼んで、何万円もの大工事になることもあるので気を付けましょう。

ポイントは、詰まるような物を流さないこと。水の流れが悪くなる前に、こまめに排水口の掃除をすることです。

キッチンでは、乾いたゴミ用に、スーパーのポリ袋などを置いておく。茶がらや食べ残しなど濡れたゴミのみ排水口でキャッチし、夜必ずポリ袋に入れ、口を閉じて捨てること。（これで悪臭の心配がなくなります。）排水口ネットなどがあると便利です。（管理人室でも扱っています）

お風呂場の排水口は主に髪の毛と石鹸カスが詰ります。新聞紙やマンガ雑誌の紙などの、コシのあるパリッとしたものを用意し、ふき取ってしまいましょう。排水口のヌメリを防ぐ錠剤もありますので、希望者にはお分けします。（帰省する前にパイプマン（排水管洗浄剤）などをまいておくと、帰って来た時スッキリした気分になれます。）



カビについて…蒸し暑い毎日ですが、お風呂場などにカビが発生していませんか？カビは本来発生させないことが第一。お風呂に入った後は、タイマーをまわして換気扇で湿気を追い出すことをお忘れなく。

もし、生えてしまったらカビキラーが一般的ですが、これは、強い次亜塩素が入っているので、扱いには注意を要しますが、最近は人体にやさしい成分のカビとり剤もありますので、色々調べてみるのもいいかと思えます。

集金詐欺にご注意

町内の掲示板にも書いてありますが、町会の役員を装って町内会費を騙し取る詐欺師が、この周辺を歩き回っているようです。

年齢は50~60歳、やせ型で前歯がない、体臭がするなど妖しさ大爆発ですが（；° 0°）このような名目で訪問してきた人がいたら、必ずすぐに追い返してください。町会費その他はすべて、管理人が皆さんに代わって支払っております。

町会から直接皆さんに訪問するようなことはありませんので、くれぐれも騙されない様、ご注意ください。

また、隣町である北習志野駅周辺では、バイクを使った引ったくりが頻発しているようです。

背後から忍び寄って、バッグなどを奪うそうなので、夜おそくに北習志野に行く方は、あわせてご注意ください。