



元気村から送る 楽しく素敵なニュースレター！

**第十七号**

# パンチタイム

## 8月号



発行責任者

パン工房ハローエレファン  
 (有)ルカンフリエ 楠 忠修  
 神奈川県 平塚市 公所 408-1  
 TEL: 0120-397-529  
 FAX: 0120-42-1510  
 メール: voice@genkimura.com

パンチタイムとは…分割・丸める時に傷ついた生地を一度休ませる為に必要な時間。

日中は耐え難い暑さが続いております。夏休みやお盆休みなどの長期休暇を皆様どのようにお過ごしでしょうか？

夏の夜と言えば花火大会ですね。花火大会に行くと、湧き上がる拍手や歓声に混じって「たまや〜」と掛け声がかかります。他にも「かぎや〜」という掛け声があることをご存知でしたか？享保5年、当時は花火が火事の原因になるため町中では花火禁止令が出され、隅田川の花火だけが許されていました。船を出して「鍵屋」に花火を上げさせるのが、豪商たちの贅沢の象徴だったそうです。やがて「鍵屋」から暖炉分けをし「玉屋」が誕生。川の上流を「玉屋」、下流を「鍵屋」が担当し、二大花火師の競演となり、これを応援するための掛け声が「たまや〜」「かぎや〜」だったのです。その後、天保14年、「玉屋」の出火で大火事となり江戸を追放、玉屋は廃業してしまいました。



三エ子てい!



そこで、なぜ「鍵屋」の弟子で後発の「玉屋」、しかも火事を起こして追放されてしまったにもかかわらず、現代のころから「たまや〜」の掛け声のほうが多く、その後も掛け声の代名詞として現代に至っているのか不思議に思いませんか？

こんな謳歌があります。「橋の上 玉屋玉屋の声ばかり なぜに鍵屋と いわぬ情なし」これは、実力があるのにたった一代で花火のように消えた「玉屋」への愛情を示したものだそうです。また「情」に「錠」をかけており、「鍵屋の声がないのもしかたあるまい。錠がないんで口が開かない」というシャレを含んでいるそうですよ。

「鍵屋」はその後も発展し、現代は女性当主が鍵屋15代として活躍中だとか。音にこだわり、日本古来の花火である”和火”復活に力を注ぐなど花火の魅力を高めているそうです。今度の花火大会では「たまや〜」ではなく「かぎや〜」と声を掛けてみてはいかがですか？



今月の一句 迷い子より 確かに戻る 川の鮭

きみ子

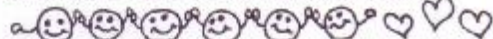
# 販売員の

# インタビュー



**金太郎さん**  
私についての独り言・  
私の実家は足柄上郡開成町の端っこにあ  
ります。とっても静かで周りには、田んぼ  
と畑だけ…。(T-T) 何もありません。

おうちからは山と山の間からヒョッコリ頭を  
出した富士山が見えます。ちょっとだけ、地元  
の自慢と言えば「あじさい」ですかね。梅雨の  
時期になると「あじさい祭」をやるんです。  
田んぼの周りに沢山のあじさいが咲くあじさい  
農道があってそこでお祭りを行っんです。機会  
があったら一度行ってみたいですね。



家族はおじいちゃん、両親、3人兄弟の6人  
家族です。おじいちゃん以外は全員バレー経験  
者で、バレー一家ですね。私は小学3年生の時  
から高校までバレーをし、その後は彼と一緒に  
小学生バレーのコーチとして、子供たちのサポ  
ートをしています。私にとってバレーは一生の  
付き合いかもしれないと思う程の存在になっ  
てます。ジッとしてられない人間ですが、こん  
な私を沢山のの人に知ってもらいたいです。



担当：北村 和美



## 似顔絵

# 顔

名前：仲程 孝一



6月に入社してきた新入社員。  
マイペースに仕事をこなす。道を覚えるのや、車  
の運転が苦手で最初は苦労したが、最近は次第に  
慣れてきた様子。体を動かすことが好き。

A. 営業を回りながら、心掛けている事はなんですか？  
Q. 実は営業職は初めてなので、いろいろ慣れない  
事が多いです。笑顔で心掛けて頑張っています。

A. お勤めのパンはなんですか？  
Q. 甘党なので生クリーム系が好きですね。ブルーベ  
リー生クリームワンデーが好きです。一度食べて  
みて下さい。

A. これからの意気込みを聞かせて下さい  
Q. これからどんどん暑くなりますね。  
暑さに負けず、笑顔で頑張ります。



## お盆休業日のお知らせ



いつも私たちを応援してくださり、ありがとうございます。  
この度、誠に勝手ながら夏季休業を下記の通りにさせて頂き  
ます。  
何かとご不便をおかけいたしますが、よろしくお願いします。

8月13日(日)～8月17日(木)



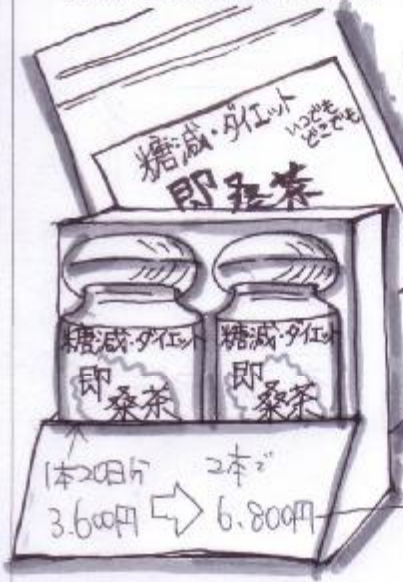
# 桑茶

## あんな声 こんな声

「パックタイプの桑の葉茶しか知らないぞ!という方も多いのではないのでしょうか? 実は、即桑茶という粉末タイプの桑の葉茶があるんです。今回は「即桑茶」の紹介です。

### 簡単、五振り即桑茶!!

粉末タイプの即桑茶。冷たい水に五振りこれで出来上がりです。焼酎などに三振り、桑酎の出来上がり。これで悪酔いしません。簡単・すぐに桑の葉茶を楽しむ事ができる、それが即桑茶です。外出時も鞆にひそませておけば安心。どこでも、たったの五振りで桑の葉茶のできあがりです。



水から用  
30日分  
4,500円

税別  
7,140円



# クイズに挑戦

先月のクイズの答えは②「テーブルクロスの上にじかにパンを置く」でした。パンをテーブルクロスに置く習慣は13世紀のヨーロッパに由来しています。当時クロスを使う権利を持っていたのは貴族だけ。純白のクロスを汚して食事することが許されるのは特権階級の証だったそうです。そしてその名残が今も続いているというわけですね。それでは今月のクイズです。

「クロワッサン」はどこで生まれたパン?

- ① フランス
- ② スイス
- ③ オーストリア

- 抽選で5名様に、元気村商品券をプレゼント
- 応募はハガキにお名前・年齢・住所・電話番号・性別・クイズの答えと“ペンチタイム”の感想を明記の上、下記住所まで。頂戴したご感想は本紙上に掲載させていただく事があります。
- 〒254-0906 平塚市公所408-1 クイズに挑戦係。締切は8月25日必着。  
(応募ハガキは当選者の決定以外に使用しません)

## パン屋さんの知恵袋

「スタミナ UP! キムチトースト」

今回紹介するのは、暑さの日に疲れ知らずの「キムチトースト」です。暑さで食欲がない時も、ピリッとした辛さに食がすすみます。トーストとチーズ、キムチの味がマッチして、素晴らしい味です。

白菜のビタミン B1 とニンニクに含まれるアリシンという成分が合体して生まれるのがアリチアミンです。体内で炭水化物を分解してエネルギーに変える力が大幅に UP します。これで疲れ知らずです。



食パンに一口サイズにカットしたキムチとチーズをのせてトースターで焼くだけ。チーズの動物性たんぱく質と、キムチの乳酸菌が合わさると腸内環境がよくなります。するとアリチアミンはどんどん吸収されさかんにエネルギーを作り出すのです。



暑さに負けず、朝はキムチトーストで一日の出発をしてみたいはかがですか?



# 目指せ!! 生涯健康人

## ビタマリン…オメガ3 ~自分の健康は自分で守る時代~

世の中が発展し、便利になった現代社会。日常生活の大きな弊害となる疲れ目、視力低下。出来れば開かりたくないところですが、現代社会には視力低下の原因が溢れています。携帯電話の小さいモニター画面なども侮れません。メール画面の小さい文字を暗い部屋で見たり、横になってみたり…。一日あたりのメール数は意外と多くありませんか？現代社会はどうしても目を酷使してしまう現状が広がっているのです。



生活習慣の改善、きちんとした栄養補給と目の運動で目の健康を保ち、視力の改善に努めましょう。瞳の健康に良いと言われる栄養素をたっぷり含んだ食品を摂ることが大切です。

そこで私たちが自信をもってお勧めしている「ビタマリン オメガ3」の紹介第二弾です。10種類の身体に必要な栄養素を一粒に凝縮した「ビタマリン オメガ3」。更なる機能性を求めて、全体的に強化され生まれ変わった「ビタマリン オメガ3」。健康の強い助けになること間違いなしです。



### アスタキサンチン

川の激流を遡るサケ。おそらく動物界で最大の耐久力を持つ生物でしょう。サケの筋肉内にはアスタキサンチンが豊富に含まれています。サケの「遡り」という激しい運動は、アスタキサンチンの強力な抗酸化力が支えているのです。

そんなアスタキサンチンですが、視力とはどんな関係があると思いますか？実はこのアスタキサンチンもDHAと同様、血液脳関門・網膜関門を通過できる数少ない物質のひとつなのです。

強力な抗酸化力が脳や眼にも働き、眼精疲労回復、遠近の調整緊張時間の短縮、視覚の鋭敏化に大きな効果が見られることが明らかになっています。

### イチョウ葉エキス

2億5千万年前から地球上に生まれ、氷河期を乗り越えて生き残った強い生命力を持つイチョウ。雌株が雄株に花粉を飛ばして、動く精子で受精する不思議な植物です。このイチョウ葉に含まれるフラボノイドは、目や脳の毛細血管を拡張する働きがあります。

全身の血行を促進し、目の衰えや充血、目の疲労から起こる肩こり、頭痛、記憶力低下や冷え性などのつらい症状をカバーします。

ヨーロッパでは眼病の治療薬として利用されており、なんと医薬品扱い！日本でも健脳、目の健康のために注目を集めています。

