



元気村から送る 楽しく素敵なニュースレター！

第二十三号

パンチタイム

2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。

朝夕にはまだ寒さが残っております。皆様、体調を崩す事無くお過ごしでしょうか？

「寒い、寒い」と言ってみても、起きて外に出てみるとばけつに氷が張っていない冬でした。

やはり暖冬の影響でしょうか。例年ワカサギの氷上穴釣りでにぎわう群馬県「榛名湖」の湖がこの冬は暖冬のため凍らないというニュースが流れていましたね。同湖で穴釣りが始まって25年来初の「異常事態」だそうです。使っていないコンセントを抜くなどのようなちょっとした事で、家庭からのCO2の排出を5%削減する事ができます。一人一人がCO2削減を意識して永遠に美しい地球を残していければいいですね。



CO2 削減



冬と言えば雪…。日本の北では毎年大々的に雪まつりが行われていることをご存知でしたか？

今では、とても有名になりました「札幌雪まつり」です。毎年「純白の夢よぶ世界のひろば」をテーマとして、外国からも約4万の人が来場するそうです。雪まつりは、1950年に地元の中・高校生が6つの雪像を大通公園に設置したことをきっかけに始まったそうです。1953年には高さ15メートルの大雪像「昇天」がはじめて作られ、1955年には自衛隊が参加し大規模な雪像づくりに挑戦。

1959年には雪像制作に2500人が動員され、テレビや新聞にも紹介されるなど札幌の雪まつりから日本の雪まつりへと発展していきました。1965年、オリンピックが札幌で開催、雪まつりは世界に知られるようになります。そして今年も『第58回さっぽろ雪まつり』が2月6日～2月12日の七日間にわたって開催されるようです。真っ白い雪と透き通る氷だけによって作り出された精巧な芸術品。寒さを吹き飛ばすような素晴らしい世界と大きな感動が広がっていることでしょう。



今月の一句 身内より 他人の口が 効く叱言

きみ子

販売員の

ひんがし

私が営業を回るようになってから、二回目の冬がきました。冬の営業で一番こたえるのが「寒さ」です。靴下は二重・ズボンの下にはタイツ、そしてマフラーは必須。それでも寒さは身にしみます。靴下をいくら履いても、足元から体温がうばわれ、手足がかじかみます。

そんな凍えた私をいつも温めてくれるのは、車の暖房でもなんでもなく、実は「お客さん」です。

お客さんとの会話で、心が弾み、ぼかぼかしてきます。時にはホッカイロや暖かい缶ジュースなどを手渡してくれる「お客さん」。

「寒いのにいつもありがとう」「美味しいパンをありがとう」と声をかけてくれる「お客さん」。そんな暖かなお客さんの「心」が、私の元氣とパワーになって「心」がぼかぼかになります。



とは言っても、寒さは体にしみるので、今日は靴下三枚履いて営業に出発していきたいと思っています(笑)

担当: 楠友美

顔



担当: 中村 健次郎

入社して3ヶ月。仕事もだんだん慣れ始めてきた頃。物静かな人で真面目な人。黙々と誠実に仕事をこなし、若い営業メンバーを圧倒させる仕事ぶりで、社内での刺激となっている存在。これからの活躍を期待します。

Q. 営業を回っていて心挫けていることはありますか？

A. 横浜から引っ越してきたばかりですが、人情味あふれる人柄の人が多く思われます。早くこの地に慣れて、心の輪を広げていきたいです。

Q. お客さんに一番お勧めしたいパンはなんですか？

A. どれも美味しいですが、一番人気の「明太ポテト」なんかをお勧めしたいですね。

Q. 趣味などはありますか？

A. 釣りが好きなんです。ソフトボールをやるのも好きです。昔の会社では、チームに入っていたんですよ。



頑張れ! 編・集・長



ビスピの宝箱



「ナッツチョコ」

☆材料☆

スイートチョコレート	100g
生クリーム	大きじ 2
ブランデー	大きじ 1
アーモンド(ホール)	20g
くるみ	20g
コーンフレーク	10g
ココア	適量



☆作り方☆

- ① アーモンドとくるみはからいりし、あらかじめ砕きます。
- ② チョコレートは細かくきざみます。
- ③ 生クリームを火にかけ、沸とうしたら火を止めて②を溶かします。
- ④ ③をボールに移し、底を氷水で冷やしながらかきに混ぜます。少しさめたらブランデーを加え、とろみが出たら①とコーンフレークを加えます。ラップを敷いた器に入れ、冷蔵庫で約1時間固めます。
- ⑤ ラップごと器から出し、好みの大きさに切って、茶こしてココアをふりかけできあがりです。



桑茶

あんな声 こんな声

今回は桑の葉茶の特有成分「DNJ」のパワーを桑博士に教えてもらいました。
桑の葉の「DNJ」って一体なに？

「DNJ」とはデオキシリノジリマイシンという、桑の葉にしか含まれていない特有成分なのじゃ。この「DNJ」は血糖値の上昇を抑制する作用があることが、神奈川県の研究により確認されておる。なぜ、「DNJ」が血糖値の上昇を抑制するのかわかるとな、人間の体が糖を吸収するためには、吸収できるサイズにまで糖を分解せねばならんのだが、DNJはその分解を防いでくれるんじやな。糖は大きいまま吸収されずに腸を素通り。結果血糖値が上昇しにくいというわけじゃ。逆に言うと、もう既に吸収できるサイズになっている糖類（単糖類）にはDNJの効果はあまり期待できないということじゃ。果物に多く含まれる果糖などがそれじゃな。

ただDNJの糖分解抑制力はなかなかのものじゃぞ。現在糖尿病の治療に用いられているタケダのベイスンという医薬品があるのじゃが、神奈川県衛生研究所によると「DNJ」はその医薬品とほぼ同等の阻害効果を示す実験結果が出ているんじや。これはすごいぞ。ただ食後に飲んでも手遅れじゃぞ。いくら「DNJ」といえども吸収されてしまった糖を元に戻すことはできないのだからな。



クイズに挑戦

1月号のクイズはやはり難しかったようですね。
答えは『③12日』でした。1842年4月12日に
江川太郎左衛門という人が、侍が戦いに行く時の食べ物として
パンを作ったそうです。これが日本で初めて焼かれたパンと言われ
ているんですよ。

それでは2月のクイズに挑戦です。今回はメロンパン
についての問題です。沢山の応募待ってます！



定番商品メロンパン。このメロンパン、何時代から
日本にあったと言われているでしょうか？

- ①大正時代
- ②昭和時代
- ③江戸時代



- 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“ベンチタイム”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2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

「パンには何を塗る？」

私たちがトーストに塗るものと
言えば、バターやマーガリンが一般的ですね。
世界中では何が塗られているんだろう？ということで、調査
をしました。

■イギリス：レモンカード

卵黄、砂糖、レモンジュース、レモンの皮の
すりおろしとバターを混ぜてカスタードクリーム
状に仕上げた甘いペーストで、ちょっと酸味があります。



■イタリア：オリーブオイル

オリーブオイルの良い香りで食欲がそそります。
ご家庭でも簡単に試せますので是非チャレンジして
みて下さい。

good!



■スペイン：にんにくとトマトとオリーブオイル

にんにくとトマトをつぶしたものを乗せ、オリーブオイル
をかけます。お酒のおつまみにもなりそうですね。

■ポーランド：白チーズ

牛乳を発酵させてヨーグルト状になったチーズトワロージュ
クを塗ります。トワロージュクに玉ねぎやにんにくを混ぜ、塩
で味付けするそう。

まだまださまざまな食べ方があります。次回もお楽しみに！

パン屋さんのお年玉 当選結果

当選おめでとうございます！！

「あと一つ前だったら！」「ラスクが当たったわ！」
様々な声が聞こえてきたパン屋さんのお年玉。皆さんに楽しんで
もらえた企画になったのではないのでしょうか？

また来年のパン屋さんのお年玉に期待しつつ、今年の当選者の
発表です！当選おめでとうございます！！



- | | | | |
|----|--------------|--------------|-----|
| 1等 | 元気村商品券3000円分 | 平塚市公所在住 | 嘉山様 |
| 2等 | " 2000円分 | (まだ当たってません。) | |
| 3等 | " 1000円分 | 中郡大磯町在住 | 峰村様 |
| | | 平塚市めぐみが丘在住 | 藤村様 |

元気村特別賞

歯みがきペーストAMM

食前桑の葉茶30包

平塚市在住 鯉淵様

茅ヶ崎市在住 高野様

中郡大磯町在住 山口様



愛するあなたに贈りたい・・・

～濃厚な甘いひとときを贈ります～

The Kingdom of Peace ガトーショコラ



あの日の感動がまたよみがえる
ガトーショコラ再販売決定！



ドクターキング カカオ70%
高麗人参果実サポニン20mg 配合

ドクタークイーン カカオ55%
ローザルゼリー100mg 配合



愛するあの人へ、心を込めた大切な贈り物・・・
珈琲と一緒に、夫婦のロマンチックな一時を・・・
大切なお客様へ、良いものを贈りたい・・・

4個入り 1,575円(ギフトケース付)
1個入り 367円
2個入り 735円

(税込価格)

バレンタインの贈り物にぜひ！！