



こんにちは。今回トップバッターの英里香です。
子供が生まれて早2年、「魔の2歳」のイヤイヤ期
真っ只中の子を子育て中です。



2歳になってからは保育園で色々と覚えてくるようになり、
お辞儀をして「お願いします」と言えるようになっていたり、
母や父が知らない歌を歌って「一緒に!」と誘ってきたりと
成長が早く戸惑うことが多々あります。
また、何でも自分でやりたい時期になってきたので、
構いたい母は茶々を入れて怒られています。



松本 英里香

子供と話していると、言葉に金沢弁や関西弁が混じってくるようになりました。
話をしている「ちゃう(ちがう)」と言われたときはびっくりして笑ってしまいました。
私たちの話をよく聞いているのでしょうかね(^_^)
でも、都合が悪くなったら無視されます。
歌を歌って誤魔化すこともあります。

これね、私の癖です。親の事をちゃんと見ていらっしやる…
本当に「子供は親の鏡」だなと感じます。

母が原因で頭をぶつけ、そこに冷ピタを張っている時にやりたくないことを言われると
今まで普通に遊んでいたのにピタッと動きが止まり、冷ピタを指さし「ここ痛い…」
とアピールされるなどたまにずる賢いところも見せてくるようになりました。
これも成長している証ですね。(´▽`)



先日私が落ち込んでいると小声で「だいじょうぶよ。おかあさんできてるよ」と
励ましてくれました。まさか子供が励ましてくれるとは思っていなかった母、キュンです。
こんな優しい子になって…とうれしい限りです。

子供が喋れるようになってきたといっても全部伝わるわけではなく、勝手にこういうこと
だろうと考えを決めつけて行動をして泣かれています。

子供に親の考えを押し付けてしまい、話をちゃんと聞いて受け止めてあげなければ
いけないと反省しました。

反省し思ったのは、もしや日常でも同じことをしているのではないかということです。
ちゃんと人の話を聞いているか、自分の価値観を押し付けてないか、など自分の行動を
省みました。子供から教わることはわかりです…

子供だけが成長するのではなく私も共に成長しようと思いました。



「魔の2歳」があと半年で終わります。
一時期はイヤイヤ期がひどく乗り切れるか不安でしたが、
何とか今は落ち着いています。
嵐の前の静けさかもしれません…
だって次は「悪魔の3歳」らしいです…(´ω´)
私も気合を入れて子供が恥をかかないように
見本となる親になれるよう頑張っていきたいと思います。




♡♡🎁♡♡自己紹介コーナー♡♡🎁♡♡



☆名前

まつもと とみえ
→ 松本 外美恵


☆誕生日

→ 6月16日 双子座 


☆今好きのもの

→年を取ると物欲が無くなりますが、強いて言えば。
『目指せ!豪華客船の旅』
横浜で観た大きい客船  に圧倒されながら、いつかまたドレスコードで、海原を見ながらフルコース…夢です!
知っていましたか?
船旅は、料金がたかいですか、たいたいの船は乗ってしまえば、ドリンク、アルコールは無料。ショーなども、観たい放題らしいです。セレブ気分になりたいのに、根っからの貧乏性が、抜け無い〜


☆コロナが落ち着いたら行きたい所

→船は、先ず無理なので…北海道かな。
山肌一面の、『ひまもこと芝桜公園』の芝桜を観たい
あと、いろいろ自然は、満喫したいです♪
但し、乗馬は怖いのでパス!(前に、2回ほど乗ったが高い、怖しか覚えていません)
美味しいものも、食べたいな〜
海鮮は、あまり得意じゃ無いけど…乳製品や、B級グルメ、ラーメンなど沢山ありますよね〜


☆一番好きのドラマ・テレビ番組

→あまり民放テレビは見ません。
毎週の続きドラマは、曜日感覚がわからなくなる為、無理です。
また、家族でチャンネル争いや、チャンネルイチャイチャ勃発します🤦。が大体、プロレスが流れています。覚えたくもないのに、詳しくなるのがイヤだ〜!
で、30分で終わるアニメを『ひかりTV』で時間の隙間を見ながら、観ています。


☆松本の好きの商品

→み〜んな愛着はありますが…その季節の、旬の品で良いものが入荷すると、皆様にお勧めするのが、楽しいです。
また仕入れ担当者としては、予想的中して🎯注文があるとガッツポーズして小躍りするぐらい、嬉しいです。ただ、段々と昔ながらの商品が、消えていくのが寂しい
物作り日本は、何処へ行くのでしょ?

☆ひと言


→小さな店の中に、沢山の品物。えーと言う物か…きっとあると思うので、一応聞いてください🙏。但し、知識が追いつかない事があるので、そこは愛嬌でよろしくで♪
美味しいコーヒーを用意して、お待ちしてますので…
お気軽にお越しください🙏





☆名前

かわぐち あゆみ
→ 川口 亜佑美


☆誕生日

→ 1月8日 山羊座 


☆今好きのもの

→誕生日にミシンを買ってもらったので布生地や手芸材料がほしいです!
今はペットのモモンガが寝る袋を作ったり、洋服の手直ししかしてないですが、いつか洋服を作れるぐらいに上達したいです!



☆一番好きのドラマ・テレビ番組

→みんな大好き鬼滅の刃!遊郭篇が始まってからさらにまたハマり始めてます♪
なんと言っても絵がとってもキレイ(☆ω☆)
雪山のシーンなんて写真かと思うぐらいキレイです!
泣ける話やコメディ要素もあり老若男女に好かれる名作だと改めて思います♪



☆松本の好きの商品

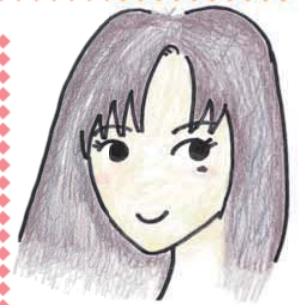
→たぐり湯葉!!即答できます笑
たまに買って帰って食べるんですが2日で無くなります笑
無性に食べたくなる時期があって、このコメントを書いている間も食べたくなってます笑
豆乳を含んだトロトロたぐり湯葉。
まだ食べたことかない方はぜひ食べてみてください!


☆コロナが落ち着いたら行きたい所

→今一番行きたい所はディズニーランドです!
うちのかわいい姪っ子が今年で5歳になるのでそろそろ行かせてあげたいなって話が出てます。
最近プリンセスとかが好きになったのでディズニーランドに行ったらテンション上がりまくりそうな気がします笑
コロナが落ち着いたら家族の思い出づくりに一緒に行きたいです♪


☆ひと言

→事務所のすみこでこっそりと仕事してます笑
見かけたら声掛けてくれると嬉しいです♪(*´▽`*)






上田彩乃

皆さんこんにちは!今回は「発酵食品」についてのお話です。
最近、一段と外の気温が冷えてきましたね…
こんな時期だからこそ、体の中から温めていきたいですね!!!

発酵食品には体を温める効果があり、発酵食品に多く含まれている成分の一つ【酵素】が深く関わっています。
酵素はタンパク質の1種で、私達の体内でも作ることは可能です。
主に分解や代謝などの役割を担っているタンパク質はとても大切な成分です。
代謝は体を温める上で必要な事です。
酵素が多く含まれている発酵食品を食べることによって体温が上がる仕組みになっています!

発酵食品とは?

微生物の作用により、食材の味や栄養価が高められている食品です。
微生物の働きは、人間にとって有害な「腐敗」と有益な「発酵」の2つに分けられますが、その中でも発酵食品は、人間にとって多くのよい作用をもたらします。

発酵食品を生む5つの代表的な微生物

【乳酸菌】

乳酸菌が関わる食品

- ・ヨーグルト
- ・漬物
- ・味噌
- ・チーズ
- ・醤油 など



【麹菌】

麹菌が関わる食品

- ・日本酒
- ・味噌
- ・米酢
- ・醤油
- ・本みりん など



【酢酸菌】

酢酸菌が関わる食品

- ・酢
- ・ナタデココ など



【酵母菌】

酵母菌が関わる食品

- ・ワイン
- ・醤油
- ・パン
- ・日本酒
- ・味噌 など



【納豆菌】

納豆菌が関わる食品

- ・納豆



ゆる〜い発酵食品たち

皆さん、昨日の晩ごはんを思い出して下さい!

きっと食卓に並んだメニューのほとんどが発酵食品です。

お味噌汁・漬物・納豆・調味料の醤油もそうです!

いまさら「発酵食品とは?」と難しい話をしなくても、皆さんの舌はすでに

発酵食品の魅力を十分理解しているのです。

発酵食品は手に入れやすく、値段もお手頃、ストレスなく食生活に取り入れられます!

これから知識を深め、楽しく効果的な「発酵食品生活」を目指します!!!



皆さん、こんにちは!

まだまだ外は寒いですねー。

汗をかいてリフレッシュしたいけど外は寒い、
運動はめんどくさいなーって方はサウナがおすすめです!!
サウナって聞くと週末におじさんが仕事帰りに行く所って
イメージしますが、今は性別、年代関係なく流行っています!



高翔太

そんなサウナ好きがよく言う「ととのう」って言葉知っていますか?
2021年の新語、流行語にもノミネートされたので言葉だけなら
聞いたことがある人もいるかも...
なので今回はそんなサウナの魅力「ととのう」について書きます!!



まず「ととのう」ってどんな状態?

簡単に言うと体はリラックスしている状態なのに、頭は興奮した状態
になっている、気持ち良すぎて放心状態になり、ふわふわした気持ちに
なるイメージです。

こんな状態になるので、もちろん僕は麻薬なんてやっていませんが、サウ
ナ好きの中にはサウナは合法麻薬だ!って言う人もいます(笑)

そんな最高の状態「ととのう」までに達するには準備が必要です!

まず大事なものは水分補給です!

サウナでは大量の水分を失うので不足していると頭痛がしたり体調が悪くなる可能
性があるので、入る前の水分補給は絶対です。

次にシャワーを浴びて体を綺麗にします。そして、体から汗を大量に出さないといけな
いので濡れた体はタオルでよく拭きます。

そしていよいよサウナに入ります!

ポイントはサウナ→水風呂→外気浴を繰り返すことです。



①サウナに入る
7~12分を目安に入る。

②水風呂に入る
入る前に体の汗を流してから水風呂へ、
1~2分肩までじっくり浸かってください。



③外気浴
水風呂からでたら次は外気浴です。
体を休めさせるために5~10分ゆっくり瞑想タイムです。

①~③を3セット繰り返すことでサウナー達が求める「ととのう」にやっと辿り着けるの
です!

コロナで旅行や出かける事もなかなか出来なくて、ストレスも溜まってくると思いま
すので、近所の銭湯のサウナに行って気分転換やリフレッシュしに行ってみてください!!



岩のいは、冬の食卓に欠かせない、興能登 母親の味



冬の日本海。ザッパ〜ンという荒波のイメージそのものの海岸で岩海苔が収穫されます。

冬の日本海は、砕けた波に空気が混ざり石鹸の泡のような水泡となり、空中に雪のように舞い、それが「波の花」となり海岸一帯をおおいつくします。海が汚染されていると、波の花は出来ず、波の花は海がきれいな証拠なのです。

波の花が舞う岩場では、自然に岩々の表面にぬるぬるとした海苔が生えてきます。これが「岩のり」で、普通の干した寿し海苔とは違い、潮で湿り、ボタボタの状態になっているので輪島では「ボタノリ」とも言われます。

冬の日本海は、シベリアから吹き下ろす冷たい風で海は荒れ、雷鳴が轟いたり、横殴りの雪が降り、晴れの日のごくわずかです。その収穫は「命がけ」という言葉そのものです。命綱も着けずに波打ち際の岩に登り、岩に張り付いた海苔を採っていきます。

そんな晴れた日の、波の静かな時のみに収穫が可能となります。それでも予想外の高い波で海水をかぶったり、最悪の場合は波にさらわれたりして不幸な事故があとを絶ちません。また嵐がやってくれば、それまでやっとなった岩のりを波が根こそぎさらっていきます。



そのため月のうち一回も収穫が出来ないことが何度もあるのです。いかに貴重な食材であるということが理解いただけるでしょうか。その過酷な現場ゆえに、また能登自体の過疎化・高齢化も進み、続けていく人がどんどん減っているという状況です。

マルドン・シーソルト

■マルドン・シーソルト

英国王室御用達。イングランド東部のエセックス地方で220年以上にわたり伝統的な平釜で塩の生産を行っていました。

塩分濃度の高い海水を汲み上げ濾過を行った後に平釜で15時間から16時間煮詰めます。

鍋の水が大部分蒸発した後、ピラミッド形の結晶を慎重に集め乾燥の工程を経て混じりけのないピュアなクリスタルシーソルトが出来上がり塩の芸術品と呼ばれています。

サクサクとした食感とまろやかな味わいが特徴的で料理のジャンルを問わず素材の良さを引き出します。



お刺身にマルドンとオリーブオイル、そして挽きたでの黒胡椒。食直前にレモンを



サラダのトッピングとして



ピラミッド型の結晶

■スモーク・シーソルト

イングリッシュオークで丹念にスモーク、口当たりも良く最初に甘さが来て、それからしょっぱく感じます。

この塩は調理ではなく、食べる時に料理に振りかけたり、宴ではワインや日本酒にも合います。

ミルクを使ってフライドポテトにかけたり、そのままサーモンにかけたりしても美味！

ステーキに使う時は、ステーキ用に用意した塩コショウ等シーズニングに、このスモークソルトを少し付け加えるだけでOKです。そのサクサクの食感はそのままだにスモーキーな香りが際立つ奥深い味わいをプラスします。



優しいスモーキーな香りは、料理の味を引き立てます



スープやソースに加えれば味に奥行きができ、シンプルに加熱した肉や魚、野菜にバラリと振れば燻製の風味付けになります。



食材を訪ねて「能登大納言小豆」

一般に小豆と言えば「北海道産」が全国の94%以上を収穫し「赤いダイヤ」と言われたほど一番有名です。それ以外では兵庫県が収穫量は全国の1%にも届きませんが、特に丹波市春日町産の「丹波大納言小豆（だいなごんあずき）」が朝廷にも献上されるほどの最高級品として知られていました。

■ 知られざる日本一の大納言

しかし、今回ご紹介する奥能登地方独特の気候風土に育まれた『能登大納言』は、全国に数ある大納言小豆の中でも、丹波産に勝るとも劣らない粒の大きさと宝石のような鮮やかな赤い色が特徴の小豆です。

知られていなかったのは丹波産より桁違いに収穫量が少なかったことと、金沢の高級和菓子の材料として「大粒の豆をそのままいかせ、炊いた時にふっくらと皮が柔らかくなり、食べても皮が口に残らないこと、味・香りなどの風味も良い」と高く評価され珍重されることにより、和菓子屋だけで消費され、他に回ることが少なかったからです。

江戸時代中期に編さんされた「能州産物帳」には、能登地域で大納言小豆が栽培されていたことが書かれています。その後、日本四杜氏（とうじ）といわれ全国で酒造りに活躍する能登杜氏（現在でも71ヶ所の酒蔵で活躍中）が持ち帰った大納言小豆と、古くから栽培してきた在来種とが交配し、現在の能登大納言小豆が生まれたと言われます。

■ 一粒一粒、美味しさを紡ぐ能登大納言

もちろん丹波産も能登産も同じですが、土や水、光が同じでも生産者によって出来上がりが違うのは当然で、今回紹介させていただく能登大納言は能登半島の先端の珠洲の一軒の農家だけからいただいています。その大きさ、甘さ（アミノ酸の含有量が多いため）などから別格の扱いで農林水産省からも「天皇杯」を受けている逸品です。

もともとはお米の田んぼの畦道で栽培されていたものですし、作物のメインはあくまでお米ですので、いくら売れるとはいっても能登大納言にスタンスを変えるわけにもいかず、収穫量が限られているために昔からある取引先に卸しているだけでしたが、農家の共通の知人の紹介もあり何度かの交渉の末に分けていただくようになりました。

私がインターンシップの学生を連れて会いに行った時も、奥さんが丁寧に能登大納言を一粒一粒選別されていました。何百キロもある小豆を全部手作業で選るなんて気の遠くなる作業です。農家のみなさんに感謝！



加賀の名料亭「鈴おき」の当代。生アワと大納言を持って多くの料亭で使われています



アワゼンざいを作ってもらいました。



生産者のスエヒロさんご夫婦と



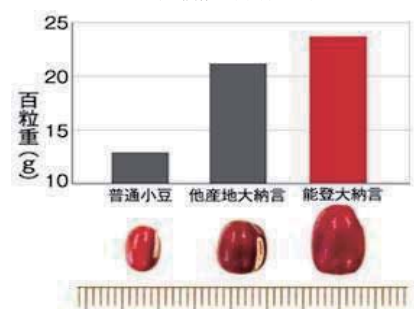
広大なお米の農作地も説明してもらいました



山のふもとまで見渡す限りの水田です



色の比較



百粒重と大きさの比較（能登大納言産地協議会より）

人気の低温調理で食中毒の危険性

ローストビーフだけでなく、豚や鶏での肉料理を低温調理で作れば、食材から流れ出る肉汁の量が抑えられ、焼いたり揚げたりするよりも、旨味が増す、栄養素が逃げない、肉が硬くならないなど、今までとは違う美味しい料理を提供したい飲食店にとって有効な調理法ですが、安易に考えずスチームコンベクションなどを使い、そのリスクを理解し安全に調理を行ってください。

肉が「半生」の状態のままだとカンピロバクターや腸管出血性大腸菌 O157、E 型肝炎ウイルスなどの食中毒の原因となる細菌やウイルスが付着している可能性があり、下痢や嘔吐（おうと）などを引き起こし、体力の弱い子どもや高齢者では死亡する場合があります。

50℃前後は菌が繁殖しやすいため、調理中に菌が繁殖するリスクがあります。厚生労働省では食材の安全性を保つために、**中心温度 75℃で 1 分以上の加熱、また食肉製造では中心温度 63℃で 30 分加熱することを基準としています。**



～ 低温調理のリスク～

■ 時間がかかる

レアでも食べられる牛肉なら 1～3 時間程度でも問題ありませんが、寄生虫リスクのある豚肉や鶏肉はより多くの時間が必要です。

前述のように「肉の中心部の温度が 75 度で 1 分間加熱」できる調理法が必要で、焼いたり煮たりすればこの基準は満たせますが、低温調理の場合は注意が必要です。

ローストビーフの場合、厚さ 4 センチの牛もも肉 300 グラムを 58 度のお湯で加熱した場合、肉の中心温度が殺菌可能となる 58 度に達するには約 100 分。さらに 28 分以上そのまま保つ必要があり、計 2 時間以上かかってしまいます。

	5 mm	10 mm	15 mm	20 mm	25 mm	30 mm	35 mm	40 mm	45 mm
57℃	1:55	2:10	2:25	2:40	3:05	3:20	3:50	4:20	4:50
58℃	1:20	1:35	1:50	2:05	2:30	2:45	3:15	3:45	4:15
59℃	0:55	1:10	1:25	1:40	2:05	2:20	2:50	3:20	3:50
60℃	0:40	0:50	1:10	1:25	1:50	2:05	2:35	3:05	3:35
61℃	0:25	0:40	0:55	1:10	1:35	1:50	2:20	2:50	3:20
62℃	0:20	0:35	0:50	1:05	1:30	1:45	2:15	2:45	3:15
63℃	0:15	0:30	0:45	1:00	1:25	1:40	2:10	2:40	3:10
64℃	0:15	0:25	0:45	1:00	1:25	1:40	2:10	2:40	3:10
65℃	0:10	0:25	0:40	0:55	1:20	1:35	2:05	2:35	3:05
66℃	0:10	0:25	0:40	0:55	1:20	1:35	2:05	2:35	3:05

④ 鶏肉の例
「狙いたい加熱温度を決定」(横軸)→
「食材の最も厚みのある部分を測る」(縦軸)→
交わるセルの数値が、設定すべき加熱時間

設定時間は肉や身の“重さ”ではなく“厚さ”で決まっていきますので、「狙いたい加熱温度を決定」→「食材の最も厚みのある部分を測る」→「加熱時間」。縦軸と横軸の交わるセルの数値が、設定すべき加熱時間となります。

*厚生労働省「大量調理施設衛生管理マニュアル」、厚生労働省「食肉の加熱条件に関する Q&A」から
「75℃、1 分」と同等な加熱殺菌の条件として、「70℃、3 分」、「69℃、4 分」、「68℃、5 分」、
「67℃、8 分」、「66℃、11 分」、「65℃、15 分」が妥当と考えられます。

■ 食中毒や腐敗が起こりやすい

低温調理、高温調理にかかわらず、食材の中心まで火を通すことが大切です。低温調理で厚みのある肉を調理する場合、中心温度計を使って計測しましょう。冷凍した食材を調理する際も同様に、中心温度の確認が必要です。

60℃以上で死滅する菌もありますが、低温調理ではすべての菌を死滅できないため、食中毒のリスクがあることを心得ておきましょう。

また、中心温度を測る際は、最も熱が通りにくい、食材の中央の内側を計測するのが基本です。低温調理で調理した食材は、63℃以上に達しているかを確認しましょう



食中毒の事例から学ぶことは、前日の調理はなるべく避け、提供する当日に食材の温度管理を徹底する事です。

～ 時間で温度差を埋める～

料理本には、食材が柔らかく仕上がる理想的な加熱温度は「58～65.5度」と記されています。75度と58度では、17度も差があります。これを埋めるのが「時間」です。低温で調理する場合、加熱時間を延ばすことで、同等の殺菌効果が得られるとされています。

「75度で1分」と同等の効果がある加熱の目安について、たとえば東京都千代田区は、「71度で3分」「63度で30分」との基準を公表しています（厚生労働省とは違いがあります）。計算上は、58度だと「126.5分」になるといいます。高温なら1分でできるところを、低温だと2時間以上も加熱する必要があるわけです。

ここで注意すべきは、**熱が肉の中心部分に届いていなければ意味がない**ということです。そこで「中心温度計」が必要です。しばらく加熱した時点でいったん袋を開け、肉の中心に温度計を差し込み、柔らかさを確保できる上限近い温度 63～65度になっているかどうかをチェック。その後袋を閉じて、温度を保ったまま所定の時間加熱します。大事なのは、温度をチェックした時点から、加熱の時間をカウントすることです。

■ 肉を柔らかくするためには、中心温度67℃以下が理想的

食中毒のリスクは怖いものの、あまりに高温で加熱すると肉がパサパサとした仕上がりになり、低温調理のメリットがなくなってしまいます。食中毒を予防しながら、ジューシーな料理を完成させるためには、どのくらいの温度で加熱するとよいのでしょうか？

そこで押さえておきたいのが「肉の食感が変わり始める温度がある」ということです。肉を構成するたんぱく質は数種類あり、それぞれ加熱すると弾力を持ったり、かたくなったりと質感を変化させます。たとえば、**50℃になると弾力が始まり、68℃を超えるとかたくなり始めて**パサつきが気になるようになります。

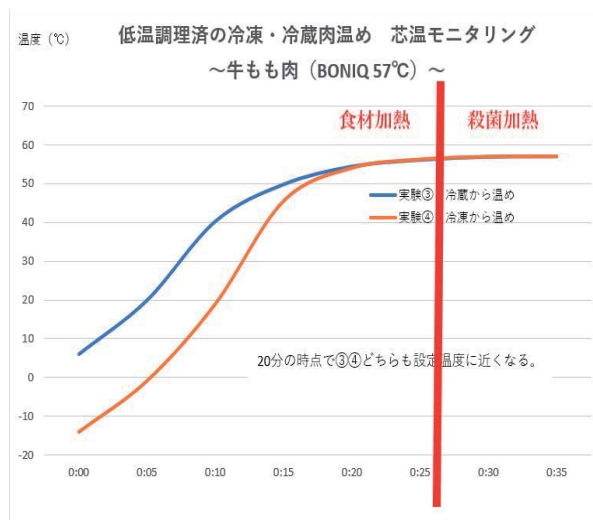
やわらかくてしっとりとした肉料理を楽しむためには、およそ**55℃～67℃**の温度に調整するとよさそうです。ただしこれはあくまでウェルシュ菌と肉の柔らかさだけを意識した数値。安全・安心な温度ではないので要注意です。

低温調理において「○℃の湯煎で○分間以上食材を加熱すれば食中毒の危険はない」というデータは現段階で十分にありません。そのため、科学的根拠に基づく低温調理の温度・時間の**目安はなく、検証が進められている段階です。**

たとえば食肉の加熱基準とされる「中心温度 75℃（もしくは同程度）」に到達する時間は、同じ種類の肉であっても、その厚みや部位によっても大きく変わってきます。そのため、一概に「○℃の湯煎で○分間加熱すればOK」とマニュアル化することは難しいのが現状なのです。

東京都による「第一回 東京都食品安全情報評価委員会」でも、低温調理の危険性と低温調理が原因とみられる食中毒が実際に報告されていること。また、今後検証を重ねていき、目安となる加熱時間・加熱温度の条件を決定・周知していきたいということです。

現段階では安全性が保障される明確な基準がないことから、低温調理は食中毒のリスクがあるということをしっかりと認識しなければいけません。それを踏まえ、食中毒の原因となる菌やウイルスなどが死滅する中心温度・加熱時間を意識しながら、低温調理を行う必要があります。



松本
さんの

★冬のグッドニュース★

1月の15日16日22日23日と4日間



松本 信之

フードアナリストの試験を受けてきました。おそらく1次試験は受かったのだと思います。この後は東京での二次試験となる予定です。コロナで大学の試験みたいにレポート提出に
ならないかと淡い期待を持っています。



年明けに、アウトレットでワインの大人買い
安いのか?美味しいのか?

分らず15本!
開けてからの楽しみ。ただ問題は、フルボトルをその日に飲めない...のはずが社長が、ウワバミのように呑んでます。絶対痩せるわけないよ!



松本 外美恵



松本 和真

初めてサンタをしました。しっかり準備していたのですが直前にサンタさんに新幹線をもらうつもりでいる事が判明してバタバタでしたか



なんとか大成功でした

京都出身の旦那に天下一品(こってり)4食セットをクリスマスプレゼントであげました。「これ!この味!」といいながら嬉しそうに食べてくれたので買ってよかったです



松本 英里香

この間お義母さんから誕生日プレゼントをもらいました!ハリネズミ模様のもこもこルームウェア♥寒がりなのでとても嬉しい!私のことを本当の娘の様に大切にしてくれています♪この間はお弁当も作ってもらいました笑



川口 亜佑美



1歳9か月の妹の子供(甥っ子)が、最近懐いてくれるようになりオバちゃん笑顔が止まりません私の子供達にも懐いてくれるので家族全員、甥っ子にメロメロです!



上田 彩乃



高 翔太

9月に産まれた甥っ子の首が座ってきたのでやっと安心して抱っこが出来る様になりました。会いに行くたび、どんどん成長しているので楽しみです。



社長・のびさんの健康回復プロジェクト

スクワットとスキー



年末はおせちの材料調達にせわしなく動き回り、ストレスからご飯も食べずに米の汁を飲み続け、バタンキューで気が付けば朝、との生活を続け、東へ西へと新規の企画を探し求め、年が明ければ調査で買いこんだおせちを食べ続け、気が付けば2ヶ月で5キロアップの好成績を残すそんな私の結果でした。(笑い)

30年前なら年が明ければ毎週スキーに出かけ、日の開けぬ頃からナイターへと遠くは長野まで遠征し、なんの努力もせず、あっという間に体重は元に戻っていました。そういえば祖母の初七日にも出席せず、志賀高原に遠征したときには乗ったバスが1月1日の日本で一番最初の交通事故に巻き込まれて、バスが45度に傾き崖を落ちている感覚で「もう、終わった。死んだ！」思ったものです。

ちなみにその事故は、不幸にもテレビでも今年最初の事故として取り上げられ、全国に名前も公表されて仕事関係の人たちから、また親戚一同からも「初七日にも出席せず、遊びに行くから罰が当たった」と言われ続けてきました。

いまはそのスキーも子供が小さい時にコブ斜面をうまく滑る為のコツや技術を実地に見せようとしてカッコをつけていたら雪から出ている岩にぶつけてスキーと金具をクラッシュさせて卒業した状態になっています。(´▽`*)



私をスキーに連れて行ってから30年
原田知世のファンでした。

さてさてそんな昔話はともかくも、年が明けてからは女子サッカー選手の「丸山桂里奈、ウエスト-21.4cm 体重-7.4kgのダイエットに成功！」のタイトルに騙されて通販で買って押し入れで眠っていた「スクワットマジック」を叩き起こし、1日30回のスクワット(少ないかな~)をしています、全然変化の兆しがないのが不思議で不思議で。改めてネットで効果的な使い方の説明書を見てみれば字数が多すぎて、途中で挫折の日々を送っています。

あらためて使った人の評判を調べると「効果なし」が多く、現在ではショップジャパン公式では取り扱いを終了しているとか！ エッ、え~！ そういえば丸山桂里奈さんは痩せてないよナ~。

編集後記

一年間、ありがとうございました。今年の「おせち」で見えたこと。

長い長いコロナ禍が続く中、いつも見捨てることなく松本を応援していただきましてありがとうございました。コロナはまだ収まりませんが、けじめとなる「おせち」が終わりましたので、気づいたことを報告いたします。

いまの私たちは、「しきたり」とか「季節の行事」には縁遠くなってしまって、いつも生活に追われ、昔の自然と共生するような「よき日本人」の姿は見なくなってしまいました(これがいいか悪いかは主観の問題でしょうが・・・)。

しかし心の奥底では老若男女を問わず「お正月くらいはちゃんとしなくちゃ」と思っている人が少なくありません。ですので年末を迎えるとやっぱりしめ縄や鏡餅を求めて近江町市場やスーパーに押し寄せるのは、ハロウィンやクリスマスよりも段違いの日本人としての行事の感覚が強く深層心理に埋め込まれているのでしょう。

さてそこで私たちフードサービスの一大行事となっている「おせち」料理ですが、前年の2021年の状況として全体を見るとデパート・スーパーなどの大手流通企業では前年を多く上回ったようです。(110~120%と聞いています。)

◎ トレンドとして、前年よりも顕著に

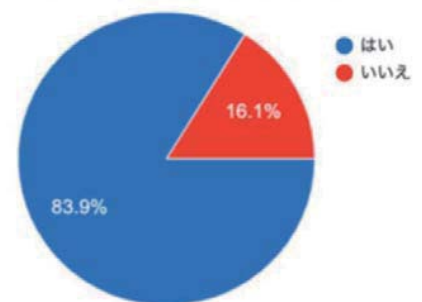
- ・ 少人数向け、個食向けおせち
- ・ 肉料理をメインとしたオードブルおせち

が多く売れたようです。

またディズニーや3世代おせち仮面ライダーなどのキャラクターは根強い人気でした。

それと全体のおせちの種類が年々増えているため、全体の売上こそ伸びていますが、種類が増えた分、1アイテム

おせちは食べますか？



あたりの販売数が大きく伸びることは考えにくく伸び悩んでいます。飲食店が前年の売上を確保するには、どうしても新しい商品を作るか、同じおせちでも見た目を変える必要性が感じられます。

また伸びているといっても、個食向けのおせちは、いままでの二段重・三段重に比べて設定売価も安く、「食材」よりも「お重などの経費」の比率がどうしても高くなり、それが重くのしかかって利益が出にくい構造となっています。

そのため単価を上げるために同重二段や三段などの工夫もされていましたが、大手流通業者のコミッションは同じですので、どのアイテムでも売れば売れるほど、流通業者には利益が残っていきますが、製造側はそうはいかず、思ったほどの利益につながっていません。

名古屋の「千賀屋」さんが先鞭をつけたように、販売を大手小売店一辺倒から通販やテレビショッピング、自社サイトによる販売など販売チャネルの多様化が求められるようになっていきます。

とくに目立ったのはヤマダ電機やジャパネットたかたなどの「家電系」とウエルシアなどの「ドラッグストア」の販売力でした。1アイテム当たりの販売数が万を超す物が多く、食材メーカーも間に合うか合わないかの瀬戸際にあった模様です。但しこの販売チャネルは何処も仕切値が厳しく、下手をすると通販会社よりも叩かれるとの評判ですし、売り越し売り残しの危険性もあり契約面での一考が必要となります。

またシーズンが始まる前に「今年は売れる！売れる！」との前評判が高く、すでに6月には既製品の「中合（カップ）」の納期は早くて3ヶ月後以降になるなどして、製造工場は前倒して作ることができず製造スケジュールの調整に苦労していました。

極め付きはコロナの影響で8月にはベトナム・タイ・インドネシアと国自体が「ロックダウン」を宣下して食材が日本に入らない状況に陥りました。その為、私たちは万全を期すために代替品を国産で製造しなければならない状況に追い込まれました。

またチルド製造のおせちには影響はありませんでしたが、通販がメインで1月から製造を始めるなどの冷凍おせちの会社は大きく製造数をのばしましたが、逆に売れ残りも多く、「去年よりは売れたけれど手元に、作って売れなかった在庫が積みあがっている」だから儲からなかった。との声も聞こえてきます。

ちょっとネットで「おせち 在庫処分」と検索すれば、年明けから楽天やオイシックスなどで半額セールやオイシックスなどは81%OFFなどのキャンペーンをやり利益確保に奔走中です。コロナさえなければ、いままでは実店舗のある飲食店ではパーティーや宴会などで消費するパターンが多く消化する事が出来たのですが、去年からはこの必勝パターンが使えませんでした。そこで去年からは、製造会社は新たな戦略として自らが弁当製造販売会社を立ち上げ、そこで原価は高くなっていいので弁当で、今なら恵方巻の材料で使っていくという動きが見られます。

2021年12月27日におせちに関して「主婦の友社」が集めたアンケートがオープンにされていますので円グラフを参考資料として付けておきます。

いろいろな消費者の流れをみると「おせち事業」としては、まだまだパイが大きくなる可能性はあります。しかし、顧客のニーズ・課題も多様化しているために、1アイテムの販売数は減っていくと推察できます。3世代などという枠組みで「万人受け」を狙ったものは、結局はポイントがぼやけてしまう可能性があるのではないのでしょうか。

しかしある程度、正しくターゲットを絞ると、逆に顧客は減らずに増えていくのではないのでしょうか。もちろんそれがストックされている顧客に向けてであれば販売増は間違いのないのではないかと考えています。

