「愛」こそ、いちばん I First

愛ふぁーすと新聞

2011年1月号
３９号

愛ふぁーすと新聞/第39号
発行責任者：鍋島一博
株式会社アイファースト
〒259-0301神奈川県
足柄下郡湯河原町中央
２丁目１８番地２６
電話（0465）60-4455
FAX　（0465）60-4466

美味発見

《皆さんの主食は、ご飯？パン？》

私は断然ご飯です。麺だろうが、お好み焼きだろうが、ご飯を食べないと食べた気がしません。ところが最近、日本人がお米を食べなくなっているという話をよく聞きます。日本人がお米を食べる量は、一番多かったとき（昭和３７年度）の半分以下に減ってしまっているそうです。

日本型の食事は炭水化物、たんぱく質、脂肪と栄養のバランスがしっかり取れます。今や健康志向時代、この日本型メニューが国際的にも注目されています。

最近では、小・中学生たちの中にも太っている人が増えてきました。太り過ぎると糖尿病や心臓病などの生活習慣病といわれる病気にかかりやすくなります。太る原因は食べ過ぎや運動不足などがありますが、お米などに含まれる糖質は、肉やバターに含まれる脂肪よりも優先的にエネルギーとして消費されやすいという特長があります。また、ごはんはお米に水を吸わせて炊きあげるので水分が多く、量のわりにはエネルギーが低い上、粉からできているパンなどとちがって、粒のままで食べるので消化・吸収がゆっくりとなり、体に脂肪をためるホルモンの分泌もゆるやかになります。このことから、ごはんは、太りにくいでんぷん食品といえるのです。もし主食のご飯が無ければ、でんぷん量のかわりに脂肪や砂糖をたくさん取ることになり、栄養素のバランスがくずれ、肥満や心臓病などの病気が欧米並みに増えていたかもしれないのです。からだにもいいことを考えれば、こんなにお得な食べ物はほかにないですね。食の安全が叫ばれる昨今、毎日食べるお米は安心して食べたいですよね。小田原市浜町の国道1号線から1本入ったところにある志村屋米穀店さんは、おいしい・安全なお米を新鮮なままお届けします。日本人ならプロが選んだ良い米を食べたいですね！！

小田原市浜町の志村屋米穀店さん

仲良し志村さん親子

☆志村屋米穀店の特徴☆

①新鮮な白米！（精米後一週間以内のものしか販売しません）
②生産者から直接仕入れたお米！
③注文を受けたその日に配達！（小田原市内）
④当店オリジナル商品が多い！
⑤店長がお米を栽培している！
⑥米袋を再利用しています！

１２０年以上引き継がれた揺るぎ無い志は、食の安全を求めるこの時代には頼もしい存在です。明治から続く老舗でありながらほとんどの商品は、ネットショップで購入することが出来ます。

お米は無料配達します！

配達地域は、小田原市内、平塚・秦野方面、箱根方面、湯河原方面・・・なんというありがたいサービスでしょうか。女性やお年寄りにとってはお米の購入は重労働ですからね。無料配達は本当に助かります。こんな商品もございます。

全国各地から注文殺到！！『紅白スティック米』

御存じの方もいらっしゃるかもしれませんが、紅白のお米を棒状の袋につめたものです。お米には繁栄・豊穣の意味があり、お祝い事のプチギフトとして年間２万本以上売れるという大人気商品となっています。このお米はハブタイモチという最高級の餅米と、きれいな紅色をした古代米でなかなか手に入りにくいものなのだそうです。１本３００円という値段も大ヒットの要因でしょうか。写真やメッセージを入れることも出来、アレンジが可能です。

お祝にどうぞ・・・

今後の注目は・・・・・・小麦粉から米粉へ♪

小麦粉に代わる原料として需要が高まっている米粉。小麦粉の代わりに使うと、モチモチした食感になります。

世界の情勢から小麦粉の高騰が不安視され、米粉に転換する動きが活発になってきています。

米粉の魅力をご紹介します。

①小麦粉よりも油の吸収率が低い為、てんぷらの衣に使うとさっぱりした味になり、ヘルシー料理になります。

②もちろん元はお米なので、たんぱく質・アミノ酸がバランスよく含まれています。

③一方、グルテンが入っていない為、料理をする時にダマになることもなく固まりにくく、ふるう必要がありません。

④日本の自給率が上がります。

⑤お米は全国各地で作られているので、運送距離を短縮させCO_2の削減になります。等々・・・

米粉に切り替えることは経済的にも、栄養の面も、味も、日本の為そして環境の為にもいいことだらけなのです。

志村さんは数年前から米粉に注目し、普及に取り組んでいます。調理法も教えていただけるので、興味のある方は相談してみてはいかがでしょうか。

とにかく、詳しいことはプロに聞くのが一番。

明治時代からお米一筋１２０年。志村屋米穀店さんは、皆さんが病気知らずの健康な毎日であるよう、良いお米を新鮮なうちにお届け致します。

住　所　小田原市浜町４－３－３
ＴＥＬ　０４６５（２４）２２２４
ＦＡＸ　０４６５（２４）２２２３
（記事　高野　聖太郎）

街を歩くとカラフルで様々な形をした看板、電光サインなどが目に飛び込んできます。湯河原町内においても、「さがみの小京都」と書かれた各店舗の名前入りの行燈が店舗前に設置されているのを目にします。

今回は各種看板・サイン制作施工、ネオン・テント店舗内外装工事のアートたかはしさんをご紹介します。

湯河原町鍛冶屋にある事務所兼作業場

平成８年に他社に先駆けて大型のプリンターを導入、従来行っていた写真と切り文字を組み合わせていくという煩雑な作業工程を一新、スキャナーを使って写真を取り込みながら文字を自由にレイアウトできるようになり、コンピューターの画面上でデザインをするようになったため制作費用の削減と品質向上を実現し、お客様に好評を得ています。

湯河原駅ロータリー内にある「観光案内サイン」は神奈川県知事賞を受賞した自信作です。

これからは、どこにも見たことがない目立つデザインに挑戦したいと社員の皆さんもやる気満々で頑張っています。

関連会社のアドたかはしさんは関東地方を中心とした地域で野建て看板を扱う会社です。空いている土地に看板を立て、土地の有効利用を推進し看板を出す先を探し契約する会社です。地主さんには野建て看板を設置する場所を提供していただき、収入を得ることができるというものです。豊富なノウハウとデザイン力により地主さんからも看板を出す側からも好評です。管理においても万全を期しておりますので、お声掛けくださいとのことです。

実は当社の看板もアートたかはしさん製で、来店されるお客様から大変好評です。営業車に付けてある磁石で貼りつく看板も使い勝手が良く、ありがたい品物です。

看板・ネオンサイン・テントなどのことなら親切、丁寧がモットーのアートたかはし・アドたかはしさんにご連絡ください。

湯河原駅ロータリー内にある観光案内サイン
神奈川県知事賞受賞作

当社の営業車に付けてある
磁石式の看板

当社の看板も
アートたかはしさん製です

高橋和雄社長もガンバッテいます

住　所　湯河原町鍛冶屋９２３－２
ＴＥＬ　０４６５（６２）８９６４
ＦＡＸ　０４６５（６２）６４２２
（記事　川瀬　広泰）