

ずっと快適、もっとしあわせ

軟水生活

Vol.32

やっぱりお米!



ノーライス
ノーライフ



軟水生活のひろば

掲載しきれなかったおたよりは公式ホームページ、公式Facebookページ、その他の販促物でもご紹介していく予定です。ぜひチェックしてください！（見出しは編集室で作成しています）

● 手洗い回数が多くても…

医療従事者なので手洗いの回数がすごく多いです。手荒れしている人がたくさんいる中、私は1年中手荒れ知らず。ハンドクリームも不要です。軟水のすごさを毎日実感しています。
滋賀県 Stmam さん

● フェレットのうにちゃんも軟水が好き？

4月に我が家で飼い始めたフェレットの「うに」も軟水風呂に入れると大人しく気持ちよさそうに入ります。しばらくはフサフサの毛並みが続きます。



愛媛県 MAI さん

孫歌う 軟水風呂で

福岡県 いろいろだんな
バギーマンさん

孫去りて 小象のじょうろ ひとり風呂

愛媛県 落とし文さん

「沸きました」 吾子と入る 癒し時

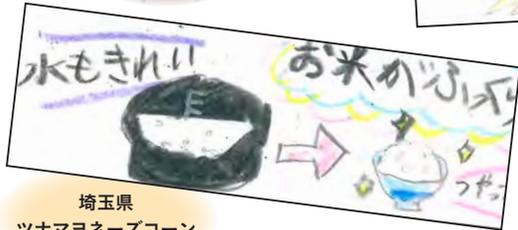
神奈川県 軟水大好き♡さん

山口県

リナちゃん さん



千葉県
とわとわさん



埼玉県
ツナマヨネーズコーン
さん



福岡県
おーちゃん さん



大阪府
モカくん さん

『軟水生活』では、本誌やお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問、さらにイラストやペットの写真などを募集しています。P5に付属のはがきをご利用いただくか、下記のFAX、メールにお寄せください。
FAX：089-960-4319 メール：nansui_life@miuraz.co.jp

公式ホームページ

<http://www.nansui.jp>

公式 Facebook ページ

<https://www.facebook.com/nansuiseikatsu/>

サンキュー ヒフヨウゴ
0120-39-1245

【受付時間】平日9:00～12:00 13:00～17:00
時間外は留守番にて承っております。

三浦工業株式会社

〒799-2696 愛媛県松山市堀江町7番地

2020.10

ずっと快適、

軟水生活

もっとしあわせ

やっぱり お米!

新米がスーパーに顔を出す季節。
日々の食卓に並ぶお米をよりおいしく、
より興味を持って味わえるよう
今回は、お米を特集します!



お米、ごはん? 日本のお米の話

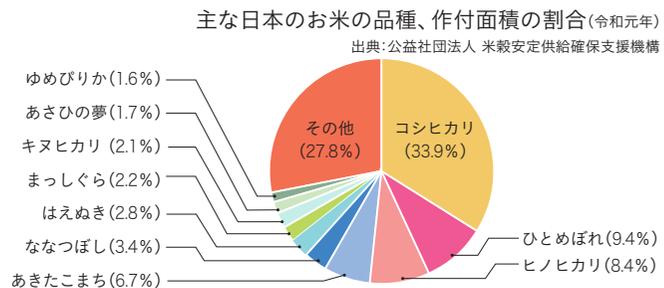
炊飯されたお米をごはんと呼びます。朝ごはん、昼ごはん…ごはんが食事の代名詞になっているのは、お米のごはんが日本の食事に大切な要素だからだそう。

世界的に見ると、お米は主にアジアで生産、消費されています。世界で栽培されているお米は大きく分けるとジャポニカ米、インディカ米の2種類。日本はジャポニカ米で、伝わったのは約3000~4000年前の縄文時代後期。朝鮮半島や中国の揚子江付近などから、九州北部に渡って来ました。

普段食べているお米はジャポニカ米の中でもうるち米に分類されます。コシヒカリやひとめぼれは、このうるち米の品種です。日本では、栽培地域の気候に合わせてたり、品質の向上や病気にかかりにくくしたりするために、200以上のうるち米の品種が開発されています。

コシヒカリの遺伝子

日本では約3割の水田でコシヒカリがつかわれています。また、このグラフにある作付面積TOP10はすべてコシヒカリの遺伝子が含まれています。甘みと粘りが強く、つやや香りも優れたコシヒカリの良さをいかした品種改良が進められてきました。



資料:公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構「お米Q & A」(https://www.komenet.jp/faq/index_ip.html)、国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構 次世代作物開発研究センター イネ品種データベース検索システム(https://ineweb.narcc.affrc.go.jp/hinsyu_top.html)、JA北越後「お米・ごはんのおいしい保存方法」(https://ja-kitachigo.or.jp/column/4247/)、東京都米穀小売商業組合「お米の知識」(https://www.tobeisho.org/rice/)、農林水産省『aff』(2016年1月号)、農林水産省「海外食料需給レポート」(2020年)、農林水産省「こどもそうだん」(https://www.maff.go.jp/j/heya/kodomo_sodan/index.html)、農林水産省「子どもの食育」(https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/index.html)、農林水産省「子どものためのコーナー」(https://www.maff.go.jp/j/kids/index.html)、農林水産省近畿農政局「ごはんで生き生きプロジェクト」(https://www.maff.go.jp/kinki/kikaku/jikyuritu/pdf/asagohan-ver1.pdf)

ちょっと話したい! 軟水のこと

軟水最高です。コロナで大変なので、気が滅入る時は
1日2~3回入浴しています。
(山口県 さちさん)

手洗いしっかりしてコロナにかからないようにしています。
軟水で手荒れは気になりません。
(奈良県 OKさん)

炊飯器でおいしいごはんを炊くには

「はじめチョロチョロ中パッパ、ジュウジュウ吹いたら火を引いて、赤子が泣いてもふた取るな」は、古くから伝わるごはんをおいしく炊くための極意。今では、この極意を知らなくても炊飯器でピピッと簡単に炊くことができます。さらに、炊飯時の“チョイ足し”でもっとおいしく仕上げることも可能です。ぜひ、試してみてください。



チョイ足し! OOと一緒に炊くと・・・



乾燥昆布2~3cm

ふっくらうまみUP!



サラダ油またはオリーブオイル
小さじ半分

ふっくらツツツごはんに



少量のはちみつ

ふっくら甘みUP!



備長炭

ふっくら、うまみUP!

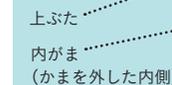


少量の日本酒

ふっくらとした仕上がりに

POINT!

炊飯器の上ふた、内がまをきれいにするのもお米をおいしく炊く秘訣です。



上ふた
内がま
(かまを外した内側)

お米だけど豆知識

研ぐ? 洗う?
無洗米はタピオカがつくる?
炊飯の下準備

お米を炊く前に、研ぎますか? 洗いますか? それとも無洗米を使いますか? 「研ぐ」は水の中で米どうしをこするように洗うときに使う言葉です。昔は精米の技術が低かったため米のヌカを取るために研ぐ必要がありました。現在、大型精米工場で精米されたお米はほとんどヌカがついていません。洗うだけで十分です。では、無洗米。特別な精米加工をしているため、ヌカはほぼ完全に除去されています。その特別な加工方法ですが、主に2種類。ひとつは、ヌカどうしがくっつきやすい性質を利用してヌカでヌカを取る方法。もうひとつはタピオカ粉にヌカを付着させて取る方法。無洗米はブームの前からタピオカを利用していたんですね。

ぬりえ 紹介コーナー (vol.28より)



(三重県 さーちゃんさん)



(福岡県 なつみんとさん)



(兵庫県 スマホ依存症さん)

ごはんをおいしく保存するには

ごはんを保存する方法は、炊飯器での保温のほか、冷蔵、冷凍があります。おすすめは冷凍です。ごはんのおいしさは時間とともに損なわれますが、冷凍することでその進行を防ぐことができます。



冷凍保存のポイント

■ごはんが熱いうちにラップで包む。

1食分ずつ平らな板状に、湯気を閉じ込めるように包みます。

■冷ましてから冷凍庫に入れる。

食べる時、電子レンジで温めの途中でいったんごはんをほぐすとふっくらと仕上がります。

お米だけど豆知識

1坪は約3.3平米

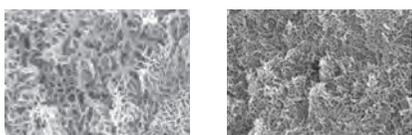
「50米」、「50平米」。読み方はそれぞれ50メートル、50ヘイペイ。平米は平方メートルのことです。「米」がメートルをあらわすようになったのは、明治時代からで、メートル法を導入する際「米突(メートル)」の漢字があてられた名残りです。それでは問題。「籽」はなんと読むでしょう。米の横の漢字がヒントです。

1坪=メロキ=タタ

軟水でお米を炊くとおいしくなるワケ

お米を炊くには軟水が適しているといわれています。その理由は、軟水には米の吸水や膨らみを妨げるカルシウムがほとんど含まれていないからです。

そこで、ミウラの軟水で炊飯の実験してみました。やはり、水道水よりもふっくら炊き上がり、甘み成分やうまみ成分が増えることがわかりました。さらに、水道水と軟水で炊いたお米を電子顕微鏡で見たところ、軟水の方が糊化デンプンが緻密になっていました。緻密な構造の方が噛み応えのあるごはんとなり、ふっくらもちり食感に仕上がります。



水道水

軟水

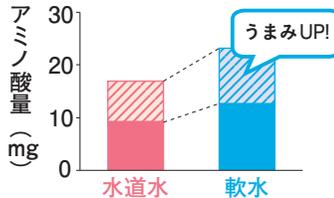
精白米を水道水(硬度60~70mg/L)または軟水を用いた炊飯器で炊き、中心部を走査電子顕微鏡で観察した。(画像は5000倍)

ごはんの甘み



精白米を水道水または軟水を用いた炊飯器で炊き、蒸らした後に、甘み成分である還元糖量を測定。

ごはんのうまみ



精白米を水道水または軟水を用いた炊飯器で炊き、沸騰開始時の残存液を採取。うまみ成分であるアミノ酸(アスパラギン酸・グルタミン酸)量を測定。

ぬりえ 紹介コーナー (vol.28より)



(奈良県 まなさんさん)



(福岡県 小倉のひろさん)



(大阪府 かなでさん)

ナンスイカ 劇場

その7 おじいーかの贈り物



「おじいーか」は愛媛県よつ葉のクローバーさんの作品です。ご応募ありがとうございます!

著作権の取り扱い
お送りいただいた作品にかかる一切の権利は三浦工業に帰属し、作者は作品に関して著作権・著作人格権を行使しないものとします。

ナンスイカのお友達大募集!

不思議なフシギなナンスイカ。次号以降も、ご近所さんたちが登場予定ですが、まだまだ友達が少ないのだとか。つきましては、みなさまからナンスイカのお友達(イラスト)を大募集します。はがきを書いてお送りください。お友達候補は随時『軟水生活』や公式Facebookページで紹介いたします。その中から「ナンスイカ劇場」に登場する場合があります。

ナンスイカ図鑑

No.007

カタイーヌ

カタイーカのペット



座右の銘
ダイヤモンドは傷つかない
口癖
メルシー
好きな食べ物
スベアリアブ

ミウラのあんなことこんなこと

「良質な美術品を、地域の人々や社員に紹介したい」 創業者の熱い想いで誕生したミウラの美術館

ミウラト・ヴィレッジは、ミウラグループの創業者三浦保(1928~1996)が、生前に企画し1998年に竣工した美術館です。三浦保は、実業家として幅広いフィールドで経営哲学の基となる考え方を求めました。とくに芸術分野は、美術品の蒐集だけではなく、自らも陶芸、陶板画、書を手掛けるなど、多岐にわたって活動。なかでも陶板画は、三浦保が生み出した制作技法で、識者より「ミウラト」と名付けられています。美術館の屋外には本人の意向によりこの「ミウラト」群が展示され、国内外の芸術家の作品とともに、来館者を迎えます。



ミウラト・ヴィレッジ(三浦美術館)

愛媛県松山市堀江町1165-1 ☎ 089-978-6838

入場料：一般500円、高大生300円、中学生以下無料

※入場料は展示会によって異なります。

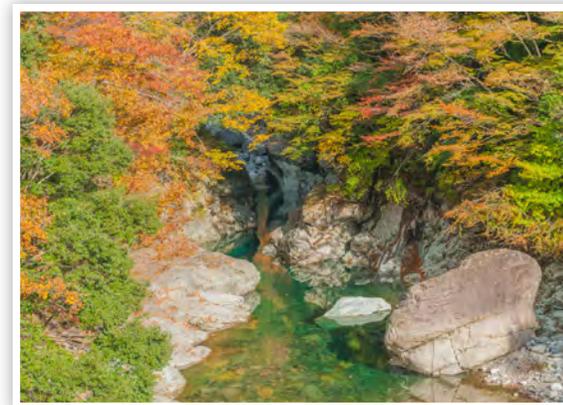
開館：9:30~17:00(入館は16:45まで)

休館日：月・火曜日(祝日は開館)、展示替え期間、年末年始

行ってみたい! Nippon 水風景

愛媛県上浮穴郡久万高原町若山

おもごけい 面河溪



四国山地西部、石鎚山(いしづちさん)の南麓に広がる樹海に覆われた渓谷。国指定の名勝地です。滝や奇岩など自然美にあふれ、遊歩道からでも川底が見えるほどエメラルドグリーンに澄んだ水が流れます。とくに紅葉と清流が織りなす絶景が評判で、見頃の10月下旬~11月上旬は、多くの観光客でにぎわいます。

新竹先生

カラダすっきりココロさわやかな カンタンおうちエクササイズ

このコーナーでは、3分でカラダもココロもすっきりできる、カンタンおうちエクササイズを紹介します！今回は、肩甲骨を動かして肩こりの重だるさをすっきりさせる方法です。仕事などのちょっとした休憩時間を使って取り組んでみてくださいね。

肩甲骨を動かす運動(3~5セット)



新竹優子 (しんたけ ゆうこ)

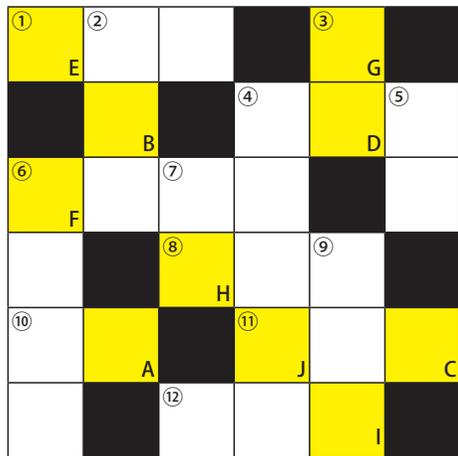
大阪府出身。北京、ロンドンオリンピック体操競技代表。筑波大学大学院博士後期課程修了。コーチング学博士。現在は順天堂大学スポーツ健康科学部スポーツ科学科の助教として後進の指導に励む。

プレゼント 軟水クロスワード

クロスワードパズルを解いて、A~Jに当てはまる文字をアルファベット順に並べると、ある言葉が出てきます。答えをはがきに書いて送ってください。

正解者には抽選でプレゼントが当たります。ぜひご応募を！

- よこのかぎ**
- ① 前 ← ● ● ●
 - ④ 抜き足、差し足、● ● ● 足
 - ⑥ 緑茶の一種で、てん茶を石うすや微粉砕機で挽いたもの。飲料やスイーツに使われる。
 - ⑧ 書いたものを見なくても言えるように覚えること。丸 ● ● ●。
 - ⑩ 午前 ← ● ●
 - ⑫ 牛乳、砂糖、卵を混ぜて固めたデザート。正式名称カスタードプディング。
 - ⑬ 敷布団やマットレスに敷く布のこと。
- たてのかぎ**
- ② ● ● ● ← 終電
 - ③ 茅や菅を編んで作った雨具の一種。肩に羽織って使用する。
 - ④ 頭髪を洗うための洗髪剤。
 - ⑤ 花 ● ●、ガラス ● ●、ビール ● ●。
 - ⑥ 国内では宮崎県が有名な楕円形の南国フルーツ。
 - ⑦ 日本語で“応援”を意味する単語。● ● リーディング、● ● ガール。
 - ⑨ ● ● ●、礼、着席。



前号Vol.31の答え



VOL.32は正解者の中から20名様にハンドソープ「キラリノ」専用ボトル(空)と詰め替え用パック1個をプレゼント!

締め切りは2020年12月31日(木)消印有効。ご応募には、付属のはがきをご使用ください。当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。



軟水プラス

毎日の手洗いに 低刺激で肌にやさしい純石けんを 軟水のために開発された「軟水専科」



「軟水専科」は、真っ白なきめ細かい泡が特長の高品質な純石けんです。軟水とあわせてお使いいただくことで、低刺激でお肌にやさしく、少量でもたっぷりの泡ができるので長持ちします。また、体だけでなく、顔や髪にもお使いいただけます。

【全成分】ミリスチン酸、水、ラウリン酸、水酸化Na、パルミチン酸、水酸化K、グリセリン、クエン酸、トコフェロール
●余分な成分(香料・着色料・酸化防止剤・合成界面活性剤)は無添加です。

テレビ、雑誌...

ミウラの軟水がメディアに 紹介されました

軟水トピック

あいテレビ「なぞマチ!？」にミウラの軟水が登場!

三浦工業の地元愛媛のテレビ番組「なぞマチ!？」第1回目の放送(2020年8月1日17:24~)で、ミウラの軟水が紹介されました!放送内容は「あいテレビ」公式のYouTubeチャンネルでも公開中。右下のQRコードを読み取って、ぜひご覧ください。



【番組情報】

あいテレビ
愛媛の真相究明バラエティ「なぞマチ!？」
毎週土曜日17:24~
<https://www.itv6.jp/nazo-machi/>



「あいテレビ」公式
YouTubeチャンネル

雑誌「美ST」9月号に掲載されました!



2020年7月17日発売の「美ST」9月号(発行/株式会社光文社)の「何もしていないのに綺麗な人は、「水と水素」にこだわっていた!—綺麗な水は最高の美容液 美肌も美髪も自由自在!—」のページに、美魔女レジェンドの方にご愛用いただいている軟水器として、軟太郎ソフティナをご紹介していただきました。

編集室からのメッセージ

「軟水生活」をお読みいただいているみなさま、お便りをお寄せいただいているみなさま、いつもありがとうございます。今年新型コロナウイルスの影響で、生活様式が大きく変わり、お家で過ごす時間が増えたという方も多くいらっしゃると思います。そういった中、「手洗いの回数が増えても、軟水で洗うと手荒れしにくいです」や「バスタイム、潤肌美人の香りに癒されています」といったお声をたくさんいただいています。みなさまのほっとするひとときのお役に立てれば、編集室一同、大変嬉しく思います。ご感想やご意見などありましたら、ぜひお寄せいただけますと幸いです^^

