

# 琉球/ニだより

## ■ 「風邪予防」うがいは意味がない？

さて、風予防策の代表ともいえる、「うがい」ですが、最近では意味がないなんて言われているのをご存知ですか？ある専門家が言うには、細菌や雑菌が進入してしまった後だと、うがいをしても対応はできないと。感染後にうがいをしても、対処的な処置になるので、風邪予防にはならないというのです。

風邪治療という意味では、確かに意味はないかもしれませんが、うがいによってのどの炎症を軽くすることはできます。また、インフルエンザなどは、湿り気に弱いとされていますので、うがいにより、のどの粘膜を清潔かつ潤しておくことは、悪いことではありません。ポイントは定期的かつまめにすることが良いようです。

少々勿体無いですが「/ニ」でのうがいも、/ニの殺菌作用を期待できますので試してみてください。うちのスタッフは、「風邪をひきそう」とか「のどが痛いな」と感じたら、早めの「/ニうがい」をしていますよ。

## ■ 「将軍」「奉行」「代官」「娘」が出てくるお料理はなあ～んだ？

正解は、鍋料理です。この季節は、ねぎや大根、ほうれん草など旬を迎えるお野菜がたくさんあります。寒い日にはヘルシーに野菜をふんだんに使った「お鍋」は最高ですよ！美味しいお鍋をさらに美味しくする(?)お鍋にまつわる、小さなネタをご紹介します。お鍋料理をとり仕切る人を「鍋奉行」といいますが、実は他にも呼び名があるようです。たとえば、鍋奉行よりも、もっと小うるさい人は「鍋将軍」と言うのだそうです。鍋のアクを取ってくれる人は「アク代官」と言うそうです。良いことをしてくれてるのにちょっとかわいそうな気も…逆に何もしないのにかわいいネーミングなのが、「待ち娘」。「町娘」をもじっているようですが、何もせずにひたすら出来上がるのを待つ人だそうですよ。みなさんの食卓での将軍や代官はどなたですか？私は男ですが「待ち娘」を希望する、サポート担当の加藤でした。

**「サービス向上委員会」番外編**  
お鍋料理の「締め」の雑炊やうどんの溶き卵をフワフワ溶き卵にするコツは、お鍋がグツグツ言ったら、火を止めてから卵を入れるのです。余熱で十分に火が通りますので、卵はフワフワになりますよ。  
※専門家ではないですが、詳しく知りたい方は大畑まで(笑)...

●●●●●●●●●●●●●●●●様がお待ちポイントは…  
▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲ポイントです。(11月8日現在)  
次回以降のお買いもの際に▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲円の割引が可能ですので是非ご利用下さいませ。

それでは、第17回も楽しみにしていて下さいね～～～(^o^)/