

# カネコ倶楽部

2017  
冬号  
Vol.7  
カネコ商会  
URL: <http://www.kaneko-s.co.jp/>

冬の庄内を代表する魚「真鱈」。魚偏に雪と書くように、雪降る頃からその美味しさを増し、雪のように白い身を持ちます。庄内地方ではちょうど寒の入りから節分までの「寒」の時期に旬を迎える真鱈を「寒鱈」と呼びます。重さ7〜10キロにもなる「鱈」をまるごと汁に入れて味わう山形



## 冬の味覚寒鱈汁!



## 寒鱈祭りご紹介!



県庄内の豪快な郷土料理。地吹雪が吹き荒れ厳寒の日々を過ごす庄内の人達にとって、寒鱈は冬ならではの極上の一品。新鮮でキシキシするほど締まった身、濃密でしっかりとした白子、庄内浜にあがる寒鱈は格段に味がよいといわれています。寒鱈なくして、庄内の冬を語ることはできません。皆さん是非一度、ご賞味あれ!!

第30回  
酒田日本海寒鱈まつり



## 寒鱈とは??

◆平成29年  
1月28日(土)・29日(日)  
◆午前10時30分から  
午後3時30分まで  
(※寒鱈汁の販売は午後2時まで)  
◆中町モール  
中通り商店街  
さかた海鮮市場  
JR酒田駅前

## 日本海寒鱈まつり

◆平成29年1月15日(日)  
◆午前10時30分から  
午後3時まで  
◆鶴岡市本町二丁目  
(銀座通り)  
◆駐車場110台



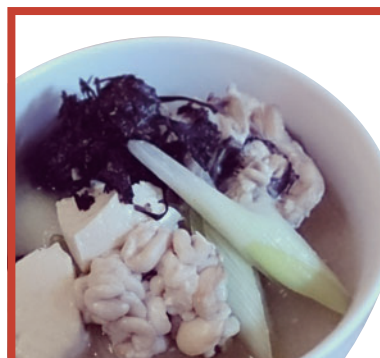
産卵の体力をつけるために鱈場と云われる沿岸20km、水深200〜300mほどにある大陸棚に上がってくる深海魚。イカやタコなどを貪欲に食べあさる肉食性。文字どおり鱈腹、まん丸と太る。このときの鱈を山形の庄内では「寒鱈」と呼び、これを丸ごと鍋にしたのが庄内冬の味覚「どんがら汁(寒鱈汁)」(「胴とガラ」が訛ると「どんがら」と聞こえることから)。  
仕上げに白子と乾燥岩海苔をのせる。  
コーゲンと滋養たっぷりの皮やガラから出た出汁と濃厚な肝の味を楽しむのが山形流。

## 料理レシピ どんがら汁

- 材料
- ・たらの身……………150g
  - ・どんがら(あら)……………150g
  - ・あぶらわた(肝臓)……………お好み
  - ・だだみ(白子)……………お好み
  - ・豆腐……………1/4丁
  - ・ねぎ……………1本
  - ・水……………1300cc
  - ・味噌……………60g
  - ・酒粕……………100g
  - ・岩のり……………適量
- 作り方
- 1 たらを一口大にカット。
  - 2 鍋に水を張りたららの身とあらを入れて火にかける。
  - 3 水が沸いたら他の具材を入れていく。
  - 4 材料に火が通ったら、味噌、酒粕、あぶらわたをこしながら入れてください。
  - 5 だだみは溶けてなくならないように煮込みすぎには注意です。
  - 6 取り分けた後、お好みで岩のりを忘れずに載せて完了。

●おいしく作るポイント

- ・たらの汚れが気になるところはキッチンペーパーなどでふき取ってください。
- ・アクは丁寧にとってください。



# Q&Aコーナー

**Q** 長岡営業所のイチオシ店舗を教えてください。

**A** 春号で長岡にスポットを当てますのでご期待ください♪

**Q** LEDの蛍光灯についても勉強になりました。

**A** ありがとうございます!皆様の暮らしに寄り添った情報をお届けできるような紙面作りを目指しておりますのでとても励みになります。

**Q** 改めて新潟の良さを再発見できました。

**A** たくさん良いところがある新潟ですが、ついつい見逃してしまうところがたくさんありますよね。これからもたくさん新潟の良さを皆様と共有していけたらと思います!

**Q** 上越の雪下ニンジンやキャベツの特集も見たい。

**A** 甘くておいしいですね!甘さの秘密はアミノ酸による防御反応だそうです。(紙面の都合上、ちょっとしたトリビアでご容赦ください^^;)

**Q** クロスワードがかなり難しくやりにがやります。

**A** 毎回頭を悩ませるコンテンツですが、皆様からの期待に応えるべく頑張っています!

**Q** もうすこしガスに対する話題を増やしてほしい。

**A** ガスに対して興味をお持ちくださるのは大変うれしいことです! ガスの安全についての話題を検討します!

## クロスワード応募先

## カネコ倶楽部 クロスワード

- ① クロスワード 答え
  - ② 本誌に対する
  - ③ 住所
  - ④ 氏名
  - ⑤ 年齢
- ご意見・ご感想

951-8011

新潟市中央区入船町  
5丁目3935番地  
(株)カネコ商会  
カネコ倶楽部  
編集部 行き

### 個人情報の取り扱いについて

お送りいただいた個人情報は株式会社カネコ商会が適切に管理し、応募・抽選および商品の発送時のみに使用し、それ以外の目的で利用することはありません。

### 秋号当選者

- ・ 荒木様 新潟県燕市
- ・ 菊池様 山形県酒田市
- ・ 石垣様 山形県酒田市
- ・ 関様 新潟県南魚沼郡
- ・ 小野塚様 新潟県長岡市
- ・ 白幡様 山形県酒田市
- ・ 島山様 新潟県上越市
- ・ 青柳様 山形県鶴岡市
- ・ 遠藤様 新潟県新潟市
- ・ 大坂様 新潟県新潟市

□の文字を組み合わせるとある言葉が現れます。その言葉をハガキに書いてご応募ください。

1		15		2	16	17	18	19
			3	22				
4	24					5		
6					21			
7			13	25			14	
		12				20		
8	23			27				
	9		26					
10				11				

### たてのかぎ

- ① お祭りの屋台で買う定番です。
- ② キール・パナマ・スエズに共通する言葉は?
- ③ 結婚式でこれをするときは非常に緊張します。
- ④ 風邪をひかないようにお風呂上りには使しましょう。
- ⑤ 別名牽牛。
- ⑥ 沖縄ではスクとカグスクと呼ぶこともあります。
- ⑦ 小さな子どもが頑張る姿を捉えたTV番組はにんぎがありますね。はじめての○○。
- ⑧ 上手に使えるようになりたいものです。
- ⑨ 首都はブカレスト。
- ⑩ 蚕の餌。
- ⑪ ウイスキーのおいしい飲み方の一種。
- ⑫ あんな○○の卑屈な怠けものには、そのような醜聞が何よりの御自慢なのだ。そうして顔をしかめ、髪をかきむしって、友人の前に告白のポーズ。ああ、おれは苦しい。と、\_\_太宰治「女の決闘」より。
- ⑬ 四股名を持つ者。
- ⑭ 一度途切れた村鍛冶の音は、今日山里に立つ秋を、○○の稲妻に砕くつもりか、かあなかあんと澄み切った空の底に響き渡る。\_\_夏目漱石「二百十日」より。
- ⑮ 十二支のひとつ。
- ⑯ バラ科サクラ属の落葉高木。

### よこのかぎ

- ① 三国時代の魏の初代皇帝。
- ② たい、はまぐりなどの魚介類を塩味で煮た澄まし汁。
- ③ 最近では suica で支払いのできるものもあります。
- ④ 日本には鎌倉時代に禅とともに伝わったと言われています。日本に伝わった絵画は、「達磨図」・「瓢鮎図」などのように禅の思想を表すものでした。
- ⑤ コマともいいます。
- ⑥ 1998年(平成10年)に古都奈良の文化財の一部として、ユネスコより世界遺産に登録されました。
- ⑦ 仏や高僧を信じてその力にすがることを指す言葉。
- ⑧ 競争馬であれば、15～20と言われています。
- ⑨ 学校ではここに一番長く居ましたよね。
- ⑩ あるチームを構成する選手、薄くのして乾燥させ、竹皮で挟んだ山形県村山地方の代表的銘菓。
- ⑪ 語源はフランス語で釣鐘という意味。
- ⑫ 桜の一品種であるソメイヨシノの旧称。
- ⑬ あるチームを構成する選手。
- ⑭ どこでも○○。
- ⑮ これには逆れません…。
- ⑯ 白ブドウなど主に色の薄い果皮のブドウを原料とし、発酵には果汁のみを使用するアルコール飲料。

答 A B C D E F

募集締切

平成29年2月20日(月) 当日消印有効

賞品

正解者の中から抽選で10名の方に3,000円分のクオカードを差し上げます。なお、当選者の発表は次号に掲載いたします。

秋号クロスワード答え

ミ オ モ テ ガ ワ

## 2017年1-2月の運勢は、

ハワイアンリラクゼーションマカナスハウス  
住所: 〒998-0853 山形県酒田市みずほ町2丁目16-3  
TEL: 0234-22-5767

**Aries** 牡羊座 3月21日～4月19日  
良かれと思っていた事が裏目に出そうだから言葉使いや行動に注意しよう。思いやりを持って接して下さい。☆ラッキーカラー ピンク

**Taurus** 牡牛座 4月20日～5月20日  
行きたい所、やりたい事を計画してみよう。楽しい気持ちで向うと良い事がどんどんやって来ますよ。☆ラッキーカラー 水色

**Gemini** 双子座 5月21日～6月21日  
集中力が欠けそうです。忘れ物が多かったり、無くし物をしそうです。1月は特に気合いを入れて行動しましょう。☆ラッキーカラー 青

**Cancer** 蟹座 6月22日～7月22日  
楽しい事が沢山ありそうです。計画や企画を細いところまでしないと中途半端な結果になりますのでご注意を。☆ラッキーカラー 黄色

**Leo** 獅子座 7月23日～8月22日  
寒いですが自然と関わってみましょう。お天気の良い日は冷気で深呼吸して太陽を感じエネルギーを注入しましょう。☆ラッキーカラー 濃紺

**Virgo** 乙女座 8月23日～9月22日  
夜の考え事は止めましょう。楽しい事で自分を忙しくさせましょう。本を読むのも良いですね。ヒントがあります。☆ラッキーカラー 赤

**Libra** 天秤座 9月23日～10月23日  
先の事にばかり気を囚われず、足元の大切な事を見ましょう。本当に大事な事は何か。見落して来ますよ。☆ラッキーカラー 藤紫

**Scorpio** 蠍座 10月24日～11月22日  
まだ準備ができていません。何をしたら自分は満足し成果につながるのか見て下さい。最初から駄目だとあきらめないで。☆ラッキーカラー 黄緑

**Sagittarius** 射手座 11月23日～12月21日  
外に出せないストレスがたまっているようです。おしゃべりして大声で笑ってみましょう。笑いで外に出していきましょう。☆ラッキーカラー オレンジ

**Capricorn** 山羊座 12月22日～1月19日  
ラッキーな時です。感謝の気持ちを沢山送ろう。ラッキーな日は続きます。欲ばるとそこで停止してしまいますよ。☆ラッキーカラー ショッキングピンク

**Aquarius** 水瓶座 1月20日～2月19日  
変化の時です。新しい経験をする時は不安になりますが、成長の時と考え恐れずに向かって下さい。変化が大切です。☆ラッキーカラー 紫

**Pisces** 魚座 2月20日～3月20日  
意見が対立する時は自分の考えが全て正しいと思込み相手の意見を拒否しています。個性と理解して受け入れましょう。☆ラッキーカラー 緑

冬の入浴時



# ヒートショックに

# ご注意ください

**皆さんご存知の通り、この時期が一番入浴中の心肺停止者数が増加します!!**

改めてヒートショックとは暖かい部屋から寒い部屋への移動などによる急激な温度の変化によって血圧が上下に大きく変動することをきっかけにして起こる健康被害のことです。失神や不整脈を起こしたり、急死に至る危険な状態で、気温の下がる冬場に多く見られます。特にヒートショックは体全体が露出する入浴時に多く発生します。

??

ヒートショックを防ぐには?

入浴のポイント

夕方の入浴



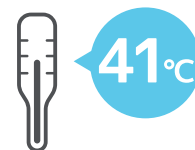
脱衣所や浴室が冷え込まない、夕食前や夕方の入浴を。人の生理機能が高いうちに入浴すると温度差への適応がしやすくなります。

食事直後・飲酒時は×



食後1時間以内や飲酒時は血圧が下がりやすくなるため、入浴を控えましょう。

お風呂は41℃以下



お湯の温度が高すぎると、入浴中に急激な血圧低下のおそれがあります。

ヒートショックにはお住いの断熱改修が有効ですが、比較的小手軽に対策するのであれば浴室やトイレに暖房機を設置するのがおすすめです!!

脱衣所暖房機

壁掛型



RBH-W312SNDT

浴室暖房乾燥機

シンプルホット



BDV-3806WN

※詳しくはお近くの営業所にお問い合わせください。

**最後に今日からできる対策として!!**

高い位置に設置したシャワーから浴槽へお湯をはることで、浴室全体を暖めることができます。湯沸しの最後の5分を熱めのシャワーで給湯しても十分効果があります。皆さん是非試して頂いて健康な一年を過ごしましょう!



**酒田営業所  
オススメ!**

# 賄所 串きの酒房



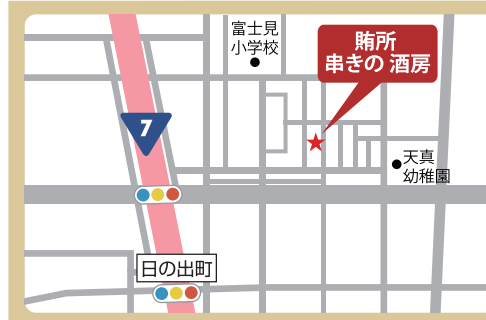
パパママで経営しているあったかなお店です。

メニューは良心的価格で提供!!焼き鳥と生ビール、そして鹿児島のプレミアム付き焼酎・入手困難な日本酒などご賞味あれ!

たまに裏メニューもそっと出しますよ。



**イチ  
オシ**



【定休日】不定休

【営業時間】

【月～土】11:00～13:00  
17:30～

【日～祝】11:00～13:00  
17:00～

【住 所】

山形県酒田市富士見町 2-17-17

【電 話】0234-24-0210



**酒田営業所  
オススメ!**

# にかほ陣屋



## 宴会好評受付中

【ご予算】2,700円～個人盛りから皿盛りなど  
お客様のご要望に応じて  
ご準備させていただきます。

【会場】少人数様から150名様程度まで多彩な会場をご準備。  
個室・お座敷・大宴会場とお好みに合わせてお選びいただけます。

【プラン】〈10名様以上のご予約で〉  
◆幹事様1名割引 ◆バス送迎あり(にかほ市地域内)  
◆女子会プラン(1ドリンクサービス)



【定休日】年中無休

【営業時間】

夏季/4月～10月 9:00～17:30

冬季/11月～3月 9:00～17:00

1月1日・2日休館日(カラオケを除く)  
第2・第4(火)休館(1月～3月)

【カラオケ・ウィラ】

(月～木)・(日) 10:00～23:00

(金)・(土)・祝前日 10:00～24:00

【住 所】

秋田県にかほ市金浦字下谷地 50-2

【電 話】0184(38)3390 【FAX】0184(74)3757

