

早いもので、今年もわずかなとなりました。何かと気忙しい師走ですが、部屋の換気やうがい、手洗いなどで、体調管理もお忘れなく。皆さま気持ちの良いお正月をお迎え下さい。

お気軽整体院 らくらく 院長 森 俊樹  
 一宮市本町3-5-6 本町ビル2階  
 受付時間 / 午前 10:00 ~ 午後 8:30  
 (土・祝日は午後 8:00 まで)  
 TEL(0586)73-1919 定休日 日曜日  
 お正月休み 12/31 ~ 1/3 までとなります。

なお、12/25(日)は臨時営業いたします。  
 ホームページ <http://138rakuraku.web.fc2.com/>



## 白菜炒め ~ 中華風マヨソース

白菜炒めマヨソースをかけるだけ。簡単でとっても美味しいです。たまにはこんな食べ方もよ

材料 (2~3人分)

- 白菜 ----- 3~4枚
- ごま油 ----- 小匙1程
- マヨネーズ --- 大匙2強
- オイスターソース --- 小匙1
- とろろがらす-70g 素 --- 小匙1/2
- しょうが(すりおろし) --- 小匙1
- にんにく(すりおろし) --- 1かけ分
- ごま油 ----- 小匙1
- レモン汁 ----- 少々
- すりごま ----- 適宜



1. 白菜は食べやすい大きさにざく切り(長さ5cm幅3cm程度)にする。  
 \* を混ぜ合わせたソースをフライパンに
2. 熱したフライパンにごま油をひき、芯の方から白菜を入れ炒める
3. 器に盛り、ソースをかけ、タマリシのごまを散らして出来上がり♪

## 「Xmas」頭文字がXなのは何故?



クリスマスは英語で「Christmas」で表しますが、略されたクリスマスを見ても、「Xmas」となっています。いったい何故でしょう?

「Christmas」はキリストの誕生日を祝うものです。

「Christ」=キリスト 「mas」=礼拝 **これをくっつけたものが「Christmas」なのですよ。**

さて本題の「Xmas」ですが「X」もキリストの名前だそうですよ。ギリシャ語でキリストを意味する単語が「ΧΡΙΣΤΟΣ」(クリストス)。この「X」を用いて「Xmas」となります。

ちなみに、「X」はエックスではなく、ギリシャ語で「カイ」と読みます。また、「X'mas」に付いている「'」もアポストロフといいますが、これは省略する時に使われる記号です。「ΧΡΙΣΤΟΣ」と省略するから「X'」なんだ!! と思いきや、海外では「X」だけでなくキリストを意味する言葉になるので、省略する必要はないのだそうですよ。よって「Xmas」が**正解となります。**

「X'mas」という表記を使っている会社は、アポストロフを使うことにより、デザイン性(見栄えの良さ)から利用しているそうですよ。

## 💡 灯油をこぼしてしまいました!! こんな時は...

灯油を給油して、ついふりかけたりこぼしてしまいました!! なんと経験者、省灯油あると思います。こぼれた灯油を拭いても後に灯油の嫌な匂いが残ってしまうんですよ。そんなときはこぼれたところに茶がらをまいておきましょう。茶がらがにおいを吸い取ってくれます。なお、こぼしたときは雑巾などで拭かずに小麦粉や洗濯用の粉石けんをふりかけて、十分に吸い取らせて、1枚きではいから、軽く水ぶきすれば、においも残しません。