

らくらく通信

VOL 23

初夏の日差しが日増しに感じられ、少しづつ服装も薄着になってきました。行楽にも適した季節ですので、少し遠くまで足を延ばしてみたいかかでしょうか。

お気軽整体院 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
 ホームページ <http://138rakuraku.web.fc2.com/>



簡単チキンナゲット♪

子供に人気のチキンナゲット。安心とソム牛肉を使って、自分で作ってみませんか？
 安い！簡単！美味しい！これだけ作って300円ちあつてです。



材料(4人分)

- とんねり肉 600g
- 卵 1個
- 酒 各大匙1
- しょうゆ 各大匙1
- マヨネーズ 各大匙6
- 小麦粉 小匙1弱
- 塩 適量
- こしょう 適量

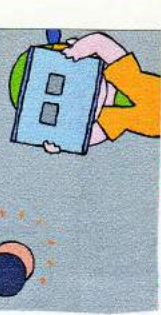
作り方

1. とんねり肉は皮と余分な脂を取り除き、包丁でたたく。
2. ボールに卵を溶き、たたいたとり肉と全ての材料を入れ、良く混ぜ合わせる。
3. フライパンに5ミリ〜1センチ程度の油を温める。
4. スプーンですくって平らに押しながら両面を均等に揚げれば出来上がり♪

お肉をたたいたのは、おあじはじめて大丈夫ですよ。

日食を安全に観察しよう！

2012年5月21日(月)の朝、日食が起きます。今回の日食は広範囲での**金環日食**となり、中部地方でも観測する事ができます。国内での**金環日食**は1987年に沖縄で観測して以来**25年ぶり**の一回は、北海道で**18年後**にいが観測できます。この地域では、**朝の7時30分頃**から**分ほ**で、この貴重な天体ショー、学校やお仕事に行く前にお時間のある方は、ぜひ観測して下さい！



日食を見る時の注意!
 ① 黒い下敷き。可なり付けたガラス。
 ② 色ガラス。サングラスやゴーグル。感光したカメラがフィルム、これを**通して直視する**ことは**極めて危険**です。
 ③ **必ず「日食専用グラス」を使う**にしましょう。また、**観察しようとする「日食専用グラス」を太陽に向ける**ときも、**観察を終わる**目では**必ずとま**に課して、**太陽を直視**して**しまう**ことがあるので、**厳重に注意**しましょう。
 お子さんは大人の人と一緒に、**慎重**に行ってくださいね。

空巣巣が入りにくい家とは？

朽並区は全国的に空巣巣被害に悩まされている自治体として知られています。2000年から空巣巣被害は約1300件、翌年は約1500件、その翌年は約1700件と増え続けていたのです。そこで朽並区の職員が被害のあった家を訪ね、状況を確かめてみる事に...すると...空巣巣被害にあった100世帯のうち、庭や玄関などに花を育てていた家は**たったの二世帯しか存在していません**でした。つまり、**花のある家には空巣巣が入りにくい事を突き止めた**のです。そこで朽並区は花の種を住人に配り、配布しました。そして結果はどうなったのでしょうか？

なんと！2007年385件に減少したとのこと！
 心も持った人は華やかな場所を有永遠するよです。

