



夏が旬の食材

## キス (鱈)



「海のアユ」「砂丘の女王」などと呼ばれる体長25cmほどの細長い姿をした魚で、淡白なクセのない魚です。

腰まで海につかるキス釣りは、昔から夏の風物詩でもありました。

### ●成分

- ▼良質なたんぱく質を持ち、脂質が少ない。
- ▼ミネラル類では特にカルシウムが豊富。
- ▼亜鉛やカリウムも含有されている。

### ●効能

- ▼カルシウムが骨や歯を丈夫にし、精神を安定させる効果も期待できる。
- ▼亜鉛が味覚障害や皮膚炎を予防する。
- ▼カリウムが体内のナトリウムを調整し高血圧の予防に働く。
- ▼脂質が少なく低カロリーなので、ダイエットに向いている。

### ●調理のポイント

- ▼下ごしらえの時に腹に黒い皮が付いているが、苦みや臭みがあるので、しっかり取るとよい。
- ▼新鮮なものは刺身にしてもよい。
- ▼ビタミンDを含有する食品と一緒に取ると、カルシウムの吸収を高めることができる。

キスと粉チーズのカルシウムが、体の働きをスムーズにする！

## キスの香草チーズ焼き



### ◆食材 (2人分)

- |             |      |
|-------------|------|
| ・キス (三枚おろし) | 4尾   |
| ・溶き卵        | 適量   |
| (A)         |      |
| ・好みの香草      | 大さじ1 |
| ・粉チーズ       | 大さじ2 |
| ・パン粉        | 大さじ3 |
| (B)         |      |
| ・バター        | 大さじ1 |
| ・サラダ油       | 大さじ1 |

付け合わせ (クレソン、レモンなど)

- ① キスは両面に軽く塩、こしょうをする。
- ② Aを混ぜ合わせておく。
- ③ 溶き卵に①をくぐらせ、両面にAをつける。軽く手で押さえて衣をしっかりつける。
- ④ フライパンにBを熱し、③の皮の面を下にして入れ、両面にこんがり焼き色がつくまで焼く。
- ⑤ 器に盛り、付け合わせを添える。

# 石の匠通信

## 2019年夏号

篠原石材工業株式会社

埼玉県草加市苗塚町325-2

TEL: 048-928-6652

http://shinoharasekizai.com



## 「石の匠通信」第六号をお届けします！

長い梅雨も空けて、いよいよ夏が来ましたね！

六月中に梅雨が空けた去年とは打って変わって、今年はお日様が全然出ないじめじめとした六月、七月でしたね。

七月の中頃には、涼しい季節と勘違いしたのかトンボがたくさん飛んでいる日もありましたがやっぱり梅雨が空けるとガラッと空模様が変わるものですね。

段々と暑くなってくると体もちょっとずつ暑さに慣れていきますが、急に35度近くの暑さは体に堪えます(><)

ここ数年では現場作業を行うときは、必ず日よけの parasol を持っていくようになりました。直射日光が当たらないだけでも、暑さの感じ方って全然違うんですね。

日よけといえば男の人の日傘が注目され始めましたが、暑さの嫌いな私としては男の日傘がもっと一般的になったらいいな、なんて思っています。日傘を差すのはまだちょっと勇気がいります(笑)

まだまだ暑さが続きますので、無理せず体調を崩さないようお過ごしください。

## ご存知ですか？ 秋分の日は「お墓参りの日」です！

9月23日は秋分の日です。前の週は敬老の日もありますので、今年は一週続けて三連休になりますね。

暑さも少し和らいでくる時期ということでお出かけになる方もたくさんいらっしゃると思います。

そんな秋分の日ですが、石材業に携わる者としてはシルバーウィークというよりは「秋のお彼岸」というイメージです。

春と秋のお彼岸にはお墓参りに行くという方も多いと思いますが、**実は秋のお彼岸こそ！！** お墓参りに行って欲しい日なのです！

なぜだと思いませんか？

私が勝手にそう思っているわけではないですよ(笑)

その理由は・・・もともと秋分の日「祖先をうやまい、なくなった人々をしのぶ」ことを趣旨として制定された祝日だからです。お墓参りにぴったりの趣旨ですよ！

そうした経緯もあり、当社も加盟する日本石材産業協会では秋分の日を「お墓参りの日」として記念日申請を行い、2013年に「お墓参りの日」が制定されました。

先祖代々に手を合わせる日本らしい文化、歴史と風土が育んできた尊いお墓参りの風習を絶やすことなく未来へつなげていきたいという願いが込められています。

というわけで、ぜひ今年のお彼岸にはお墓参りに行っていただければ、お墓に携わる仕事をしている身としてとても嬉しく思います。





## 匠の旅行記 ～スペイン～

学生時代の世界一周一人旅、五カ国目は情熱の国スペインです。この旅唯一のヨーロッパです。航空券の都合上、ヨーロッパに行かないと南米に行けなかったからという、やや消極的な理由で訪れました。

というのも、ユーロ圏はとにかく物価が高いので、学生の貧乏旅行にはとても厳しい場所なのです。。。

マドリードとバルセロナに行ったのですが、ちょうど夏休みの観光シーズンということで、世界各地から観光客が来ていてどこに行っても混んでいました。

ヨーロッパということで想像通り、街並みがとてもきれいでまずはそれに驚きました。その直後レストランに入って、パエリアの値段の高さに驚くこととなります(笑)

有名観光地だとまずガウディのサグラダファミリアに行きました。

かなり遠くからも見える大きな建造物だとは思っていましたが、近くに行くとさらにすごさを感じます。100年以上もずっと工事を続けているということに、ちょっと意味がわからずただその大きさと時の重みを感じたものでした。



また、ずっと見たかったピカソのゲルニカも見に行きました。あまり絵画に興味があるわけではないのですが、なんとなくこの絵だけは実物を見てみたいと思っていました。実際見てみると、絵自体がかなり大きく、また絵そのものの迫力がすごくて、しばらく見とれてしまったのを覚えています。



## 終活ひとくち話 <お墓編>

この「石の匠通信」を送っている方は当社のお客様ですので、お墓がある方がほとんどだと思いますが、今回は一般的なお墓に関する事柄を書いていきます。

□ 自分のお墓がありますか？ また、それを家族も知っていますか？  
→ 普段自分しかお墓参りに行かない場合、家族がお墓があること自体を知らないという冗談のようなお話もあるようです。そうしたことがないよう、**お墓参りには家族で行きましょう。**

□ 自分の家の宗教宗派を知っていますか？ また、それを家族も知っていますか？  
→ 仏教の場合は浄土宗、浄土真宗、真言宗などのことです。わからない時はお寺で聞くのが確実ですが、**お寺に聞きにくければ当社にお問合わせください。**こっそりお教えしますよ(笑)

□ 墓地、お墓の場所を知っていますか？  
□ 墓地の管理者(お寺や霊園)の連絡先を知っていますか？  
→ 万が一の時に残された家族が困らないよう、**墓地の名称、住所、電話番号はまとめておきましょう。**(お墓の区番があれば区番も)菩提寺がある場合は誰かが亡くなった時には**まず菩提寺に連絡しましょう。**

□ すでに授かっている戒名・法名はありますか？  
→ 授戒会、五重相伝、帰敬式などに参加した場合など、生前に戒名を授けられることがあります。ある場合は家族に伝えておきましょう。

□ お墓に関する事柄を依頼できる石材店はありますか？  
→ 納骨や戒名、法名の刻み付け(追加彫刻)などを行う必要があります。そうした石材店がない場合はお寺や霊園で紹介してもらおうと、スムーズだと思います。



## こんなもの作ってみました！匠の作品！

今回は作品ではないのですが、技能向上のために七月末に受けた技能検定という試験についてご紹介します。

技能検定という言葉は聞いたことがない方が多いかもしれませんが、**一級技能士**という言葉は聞いたことがある方はいませんか？

石材に関する技能検定は、石材加工、石張り、石積みという三種類があり、**今回は石張りの一級を受検**しました。

この石張りの試験、どんな内容かというと、**建物の壁や柱、天井に石を張り付ける技術**を持っているかどうかを問うものです。

石を張る台があって、そこに水平、垂直、位置などを見ながら石を重ねて金物で固定していきます。3時間30分という限られた時間で9枚の石を張っていきます。

試験当日は梅雨明けすぐでとにかく暑くて、過酷な状況でしたが、なんとか練習通りにできたのではないかと自分では思っています。

今回の試験に合格すると晴れて一級技能士と名乗れます！  
合否がわかったらまたご報告したいと思います。



## 意外と知らない!?! 仏像あれこれ

前回までは仏教の成り立ちやお釈迦様の生涯についてのクイズでしたが、今回からは手を合わせ祈りを捧げる「**仏像**」について、ご紹介していきます。

仏像と聞いてどんな仏像が思い浮かびますか？  
お地藏様、観音様、阿弥陀様あたりが有名どころでしょうか？

「**仏像**」とひとくくりに言っても、実は仏像の中にもランクがあったり、祈ることで得られるご利益が違ったりするんです。

まずはどんな仏像がいるかですが、主に下の五つのグループに分けられます。その位の高さをピラミッドのような図で表すと右下のようになります。



### ①如来(にょらい)

釈迦如来、阿弥陀如来など。  
仏像の中でもっとも位が高い。修行を完成し悟りを開いたもの。

### ②菩薩(ぼさつ)

観音菩薩、地藏菩薩など。  
悟りを求めながら、人々を救済するもの。  
如来を目指す修行をしながら、衆生を救済するため日夜奮闘している。

### ③明王(みょうおう)

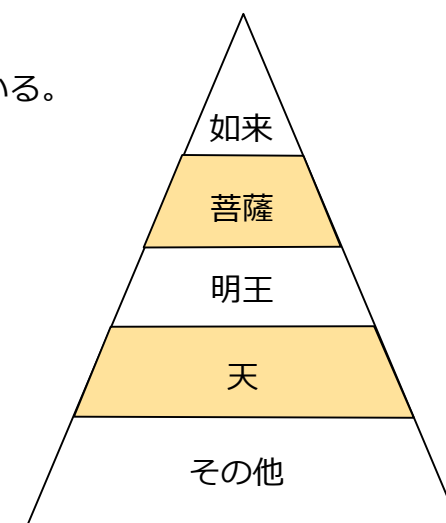
不動明王、金剛夜叉明王など。  
大日如来が化身した姿。優しく接しても分からない者にあえて恐ろしい姿で怒り、叱り、仏の教えを説く。

### ④天(てん)

梵天、帝釈天など。  
元古代インドの神々で仏教の守護、補佐などが主な役割。  
仏教に帰依した神々。

### ⑤その他

羅漢像、七福神など。①~④の定義に入らない仏教に関する像。



次回からは個別の仏像について、詳しく紹介していきたいと思えます。