



# テイワウォーク TAKE A WALK

発行：新潟日報・新潟南地区会 編集・制作：アド・メディック



## お酢に感激!! お酢で元気になろう!!

### お酢ってすごい! お酢の効果

1日に大さじ1杯程度のお酢を毎日摂取することで元気になる!? お酢のすごいパワーを紹介!

#### お酢の効果①

**新陳代謝を活発に**  
お酢に含まれるアミノ酸や有機酸といった成分。これらが胃や腸から吸収されることにより、体の代謝が良くなり、疲労回復や冷え性緩和などにつながります。

#### お酢の効果②

**食欲増進効果**  
お酢の酸味が胃腸を刺激、食欲を増進させる効果があります。またカルシウムの吸収も助けてくれます。

#### お酢の効果③

**上手に使ってダイエット**  
お酢の成分である酢酸やクエン酸は、炭水化物の燃焼を手助けしてくれます。バランスのとれた食事にお酢を取り入れ、適度な運動をプラスすればダイエット効果も期待できます。



お酢を毎日の生活に取り入れてみてください!

教えてくれた人  
石山味噌醤油  
企画開発部  
渋谷武史さん

### お酢はどうやってできるの? お酢ができるまで

石山味噌醤油では、県産米の玄米を使った玄米黒酢を作っています。玄米黒酢ができるまでの製造工程を紹介!

#### ①アルコール発酵

玄米に玄米麹を付け、アルコール発酵させます。ここまでは日本酒の造り方と一緒に。玄米酒ができます。

#### ②圧搾

玄米酒を搾り、搾り汁液(酢もろみ)に種酢(酢酸菌)を加えます。

#### ③酢酸発酵

種酢を加えた搾り汁液を発酵させます。石山味噌醤油では昔ながらの静置発酵法を採用。30度前後に保った室内で2~3週間ほどかけて発酵させます。



#### ⑥ろ過・充填

熟成期間中にたまったオリなどをろ過して取り除きます。味・成分をチェックしてからビン詰めされます。



#### ⑤熟成

屋外のタンクでおおよそ6か月間熟成させます。熟成させることで、より深みのある、まるやかな味のお酢になります。

#### ④火入

目標の酸度に達したら、これ以上発酵が進まないように熱を加えて殺菌します。



搾り汁液の表面に酢酸菌膜が張り、酢酸菌の作用でアルコール分が酢酸に変わります

### お酢をもっと手軽にお酢RECIPE

#### Recipe 1

##### 玄米黒酢ヨーグルト

- <材料>
- 玄米黒酢 …大さじ 2
- ヨーグルト …150g
- 果物(旬のもの) …適宜
- はちみつ …適宜

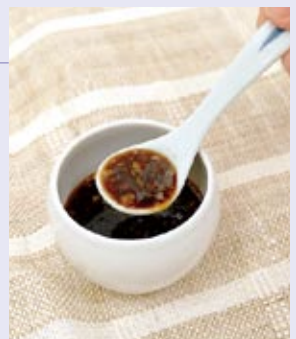


<作り方>  
ヨーグルトにお酢、はちみつを加えてかき混ぜます。季節の果物を乗せてできあがり。きな粉を大さじ1加えると、便秘改善にも効果があります。

#### Recipe 2

##### 玄米黒酢ノンオイルドレッシング

- <材料>
  - 玄米黒酢 …大さじ2
  - みりん …大さじ1
  - 玉ねぎのみじん切り …大さじ1
  - しょうゆ …大さじ1
  - 砂糖 …小さじ1
  - 梅干し …中1個
- <作り方>
  - 梅干しは種を取り除き、包丁で叩きます。
  - 材料を容器に入れ、よく混ぜ合わせます。



石山味噌醤油  
南区西萱場478 Tel.375-4799  
ホームページ <http://www.ishiyama-miso.co.jp/>



### おそうじのプロならでは! 丁寧な作業&選べるワックス

- ワックスを専用洗剤でハクリ後、ワックスを2回塗布します。
- 床ハクリ・ワックス仕上げ  
おそうじ本舗基本料金  
1帖 ¥3,150~
- 床を徹底洗浄し、ワックスを2回塗布します。
- 床洗浄・ワックス仕上げ  
おそうじ本舗基本料金  
1帖 ¥1,050~

**エコワックス**  
一般的なワックスに含まれている揮発性有機化合物(VOC)や環境ホルモンを含まない、人や環境に優しいワックスです。  
赤ちゃん ベット

**高耐久ワックス**  
強い衝撃から皮膜を守りキズや汚れからフローリングをしっかりガード。耐久性にこだわったワックスです。  
子供部屋 リビング 廊下

**ワックスは春と秋がオススメ!!**  
湿度が高い雨の日や室温が5℃以下の寒い日は、ワックスの乾きが悪く、仕上がりに影響します。ワックスが乾きやすく、気温も適切なこの時こそワックスがけのチャンスです。

**プレゼントキャンペーン実施中**  
ご注文のお客様にはもれなくおそうじ本舗特製「汚れが落ちる魔法の水」プレゼント!

お見積り無料! 土・日・祝日OK!  
おそうじ本舗  
女池店 025-286-7849  
女池店限定 お友達紹介キャンペーン実施中!(プレゼント有り)

### 畳は信用です。国産品!

最近、畳業界にもオトリ価格、過剰割引で売出し期日を限定し、お客様の関心を引きつけ、施工する段階、施工後に「お宅の畳は特殊畳ですら割増料金を頂きます。」と高値で売りつける商法が多数発生し苦情が出ております。直ぐに毛羽立つ物、よじれる物等々。畳の品質は分かります。より優れた商品をお客様に自信を持って納入しております。古いお客様が継続、新規のお客様が増え続けることで大きくなった当店をよろしく願っています。  
二代目 店主 敬白  
高価商品、粗悪品を売り付けられた方、  
今度は安心して当店の品物をお使い下さい。

ひと言		表替
極上品	備後表の極上品	15,750円
特上品	小間巻・八代巻・備後巻 有職織物による自信作	13,650円
1級	有職織物による一般品 即納・耐久性抜群!	12,600円
2級	人気です!すべてに扱いやすさのこだわりです。	10,500円
3級	迷ったらコレ! 居間や客間にどうぞ。	9,450円
4級	当然! 国産有職織物です。艶もあります。	8,400円
お買得品	国産有職織物です。	7,350円
普及品	たくさんあるお宅にはこれが一番!	6,300円
5級	価格が安い分、お掃除が楽なワックスがけが楽に!!	5,250円
準仕品	きれいにしたい方に!!	4,200円
特価品	だんぜん安い!!	3,885円
特々品	とにかくお得!!	3,150円

- ふすまの貼り替え 1枚片面 ¥2,000お  
40種類よりお部屋に合った色・柄をお選び下さい!
- かべ紙の貼り替え 6帖の場合(約25㎡) ¥30,000お  
8帖の場合(約35㎡) ¥42,000お
- なんと300種類!!

全国畳組合加盟店 新潟県室内装飾事業協同組合 一級建築施工管理技士、二級建築士 内装・二級技能士 職業訓練指導員 品質管理者 家具の移動も無料でお任せ!  
株式会社 小池畳内外装 (025) 287-1234  
■本社/新潟市東区東明1-3-4 ■亀田工場/新潟市江南区亀田大月2-1-28 ☎(025)381-4001