

# たんちょう通信

～ 第 67 号 ～



丹羽 孝直

こんにちは、丹頂ガスの丹羽です。いつも「たんちょう通信」をお読みくださり、ありがとうございます。京都の山奥、花脊にある「美山荘」は摘草料理で宿泊客をおもてなしする数寄屋造りの純和風の旅館です。その老舗旅館の4代目社長、中東久人さんが地域と共に取り組む「里山を守る」志を学びに、「青年塾」リーダーセミナーが開催されました。客室はたったの4部屋です。コロナ感染を避けるためにも、少数制の企画は、塾長のご配慮の下だと思いました。私が住む四日市から京都市内まで車で「約1時間20分」です。そこから京都の北にある鞍馬山の峠を越えて花脊までの道のりも「約1時間20分」掛かりました。私たち一同は、先ずは中東さんのご好意で、美山荘専用の畑へ山菜を摘みに行きました。一面雪に覆われている畑から親指の爪ぐらいの小っちゃなフキノトウを幾つか採りました。これから春に向けて成長しようとしている新芽はたくさん栄養が蓄えられて、デトックス効果もあり、春先は冬の間に冬眠をしていた熊が山から下りてきて、先ずはフキノトウを食べるそうです。それを早速、宿に戻って厨房で土の汚れをとり、皮を剥いて水に浸しました。この水に浸す時間も大切なようで、あまり長いこと浸すと折角の味と栄養素が落ちるそうです。それから、小麦粉をつけて「銅の鍋」で揚げました。揚げたてのフキノトウに粗塩を少しまぶして、そのまま口に放り込みました。「美味しい!」と思わず声が出るほどでした。採りたてのフキノトウをその場で料理して食べる。そして、ビールまでご用意していただきました。「揚げ物」には「ビール」が一番だと、「美山荘」の厨房で何とも贅沢な食べ方を体験させて頂きました。「野菜は旬に食べるのが一番美味しい」と中東さんは仰られました。「美山荘」の摘草料理は、地元の里山でとれる山野草を丁寧に仕込んで、一つひとつの料理に真心を込めて、最高の腕前でおもてなしをする料理です。料理の味付け一つから、器から箸の一つまで、仲居さんの料理の運び方までしっかりと躰されており、隅々までこだわりをもっておもてなしをして頂きました。決して高価で贅沢品を使うわけでもなく、「立ち振る舞い」と「もてなす心」でお客様を満足させる「美山荘」のサービス、正に一流のサービスを体験させて頂きました。このサービスを少しでも、我社にも取り入れていきたいものです。我社としても、お客様に感動と満足を与えられることを目指して、日々精進していく次第でございます。感謝 🌸 🌻 🍀 🍁 🍂 🍃 🍄 🍅 🍆 🍇 🍈 🍉 🍊 🍋 🍌 🍍 🍎 🍏 🍐 🍑 🍒 🍓 🍔 🍕 🍗 🍘 🍙 🍚 🍛 🍜 🍝 🍞 🍟 🍠 🍡 🍢 🍣 🍤 🍥 🍦 🍧 🍨 🍩 🍪 🍫 🍬 🍭 🍮 🍯 🍰 🍱 🍲 🍳 🍴 🍵 🍶 🍷 🍸 🍹 🍺 🍻 🍼 🍽 🍾 🍿 🥀 🥁 🥂 🥃 🥄 🥅 🥆 🥇 🥈 🥉 🥊 🥋 🥌 🥍 🥎 🥏 🥐 🥑 🥒 🥓 🥔 🥕 🥖 🥗 🥘 🥙 🥚 🥛 🥜 🥝 🥞 🥟 🥠 🥡 🥢 🥣 🥤 🥥 🥦 🥧 🥨 🥩 🥪 🥫 🥬 🥭 🥮 🥯 🥰 🥱 🥲 🥳 🥴 🥵 🥶 🥷 🥸 🥹 🥺 🥻 🥼 🥽 🥾 🥿 🦁 🦂 🦃 🦄 🦅 🦆 🦇 🦈 🦉 🦊 🦋 🦌 🦍 🦎 🦏 🦐 🦑 🦒 🦓 🦔 🦕 🦖 🦗 🦘 🦙 🦚 🦛 🦜 🦝 🦞 🦟 🦠 🦡 🦢 🦣 🦤 🦥 🦦 🦧 🦨 🦩 🦪 🦫 🦬 🦭 🦮 🦯 🦰 🦱 🦲 🦳 🦴 🦵 🦶 🦷 🦸 🦹 🦺 🦻 🦼 🦽 🦾 🦿 🦺 🦻 🦼 🦽 🦾 🦿







Instagramはじめました。

日常風景やハッピーな出来事、丹頂ガスの  
色々な情報をリアルタイムにアップしていきます。



TANCHOGAS

ぜひ、  
フォローお願い  
します！



西川 柚月

皆様、初めまして！入社1年目の西川 柚月です。

9月9日生まれの乙女座で、菰野町に住んでいます。

四日市商業高校出身で、中学・高校と6年間吹奏楽部に  
所属していました。中学校ではフルート、高校ではトランペットを  
担当しました。毎年夏に行われる三重県吹奏楽コンクールでは、  
各団体に金賞・銀賞・銅賞の3段階で評価をされるのですが、  
高校時代は毎年金賞を受賞することができました。

同じ目標に向かって仲間と共に努力した思い出は一生の宝物です。

昨年3月に入社し、もうすぐで1年が経ちます。まだまだ覚えることは沢山ありますが、  
日々出来ることが増えていっていることがとても嬉しいです。また、お客様から頂く

「ありがとう」や「頑張ってるね」などの声は励みになっています。いつもありがとうございます。

何事にも前向きに挑戦し、これからも頑張ります。どうぞ宜しくお願いいたします。

防災  
コーナー

## お風呂で免疫力UP!

最も健康的で、免疫力が高い状態の体温は36.5~37.0℃だそうです。しかし今は、平熱が35℃台という、“低体温”の人が当たり前の時代に…。体温が1℃上がれば免疫力は5~6倍になります。

### 効果的な入浴方法 (SSS)

- ① バスタオルと着替えは、すぐ手の届くところに置くこと。
- ② 浴槽のふたを開けたり、床や壁にシャワーをかけて浴室内をあたためること。
- ③ 手、足、体の隅に(心臓に遠いところから)かけ湯をする。
- ④ 浴槽には、足から手、体の隅にゆっくりと浸かる。
- ⑤ 湯に浸かりながら舌下で体温を計る。  
38℃まで上がるのが理想  
目安 42℃→入浴10分、41℃→15分、40℃→20分
- ⑥ 入浴後、10~15分保温する。  
体の水分をふき取り、体が冷えないように衣類を身につけ、最低10分程、体温を37℃以上に保ちましょう。
- ⑦ 水分補給は、常温か温かい飲み物を補い、冷たいドリンクは⑥の保温後に飲みましょう。

