



さまざまな包装紙で作った「紙財布」。実用的な上、いろんな柄を見ているだけでも楽しい

おぼえがき 文月

友人に梅雨見舞い

7月23日は「ふみの日」。文月の2(ふ)3(み)という語呂合わせがそうです。夏のふみといえは、暑中見舞い。立秋前の「夏の土用」に出すものとされ、今年は今月20日から8月6日です。
私は暑中見舞いの前の時期に「梅雨見舞い」を友人たちに送っています。雨音を聞きながら、あの人に、この人にと相手を思い浮かべて、近況をつづります。雨で外に出られない時間を有効に活用でき、辞書を引きながらのはがき書きは脳のトレーニングにもなっているようです。(中)

自家製ゴーヤ おいしく

ゴーヤを毎年育てています。一度にたくさん実るので、つくだ煮にして保存しています。
3~4個(計約1kg)の実を割って種とわたを取り、約2mmの薄切りに。サッと熱湯でゆがき、粗熱を取ったら手でしっかり水分を絞ります。
大きめの鍋にゴーヤと、ザラメ糖200~250g、濃い口しょうゆ、みりん、酢各100cc、薄口しょうゆ50ccを入れ、汁がなくなるまでかき混ぜながら煮詰めます。仕上げに削り節30g、白ごま50gをからめて出来上がり。冷凍しておけば、夏の味を長い間楽しめます。(道)

*「おぼえがき」は毎月第1日曜日に掲載します。「ぶらざ」欄に掲載された女性投稿者でつくる「よみうりこだまの会」のメンバーが持ち回りで担当します。

杉の木立で深呼吸

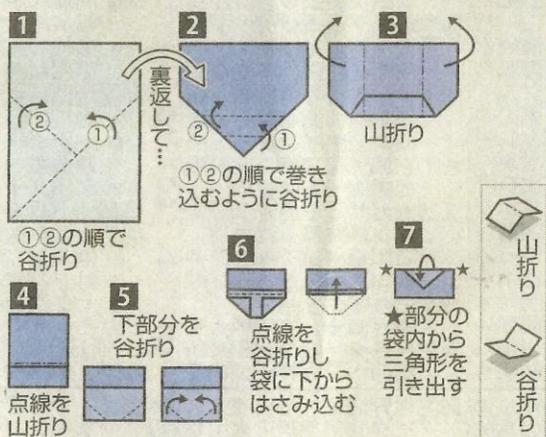
私の住む秋田県には、秋田杉の美しい森があります。鼻のゆるるキャラ「スギッチ」も緑の杉をモチーフにしているほど。春先の花粉はやっかいです。今の季節は緑が鮮やかで、見ごたえがあります。
杉からは「フィトンチッド」と呼ばれる成分が出ていると言われ、森林浴には心を落ち着かせる効果があるとか。杉林で深呼吸をすると、気持ちが静まるように思います。
木陰も多く、暑い夏でも静かでひんやり。ほのかな芳香を楽しみに、杉の木の下に行ってみようと思っています。(新)

折り紙財布夏に彩り

様々な包装紙 広がる楽しみ

米寿の母から包装紙で作った折り紙の財布が届きました。「指の運動のために作ってみた」とのこと。きれいだっただけでも折ってみました。
用意するのは長方形の紙。A3用紙を縦長に置き、上端を2cm幅切っておくと上手に作れます。完成すると名刺大ほどの紙財布になります。表側

になる柄を下にして折ってください。イラスト。慣れれば紙の大きさを変えて、より好みの形にできます。私は大きなサイズを作って、カードやはがきを入れています。
これからのお中元シーズン、カラフルな包装紙に出合えるのが楽しみにになります。(岩)



花言葉は「多忙」

我が家の夏の花は「フウセンカズラ」です。ゴールデンウィークのころに種をまきました。日なたでぐんぐん育ち、切れ込みのある葉が涼しげ。緑のカーテンにもなります。
今月中旬ごろに小さな白い花を付け、その後緑色の実をつけます。実を指で押しとぼんとはじけて、種をとばします。職場の保育園でも栽培していて、子どもたちはこの種を取るのに夢中になります。黒地に白いハート形の模様があり、かわいらしい種です。
花言葉は「多忙」。何だか自分を表すようで、見るたびに苦笑しています。(遠)

*「こどもの詩」休みました。