

こがねや通信

ゆかり野

第31号

ゆかり野とは、
小誌が人と人のご縁（ゆかり）を大切にしたい、
という弊社の願いを表しています。

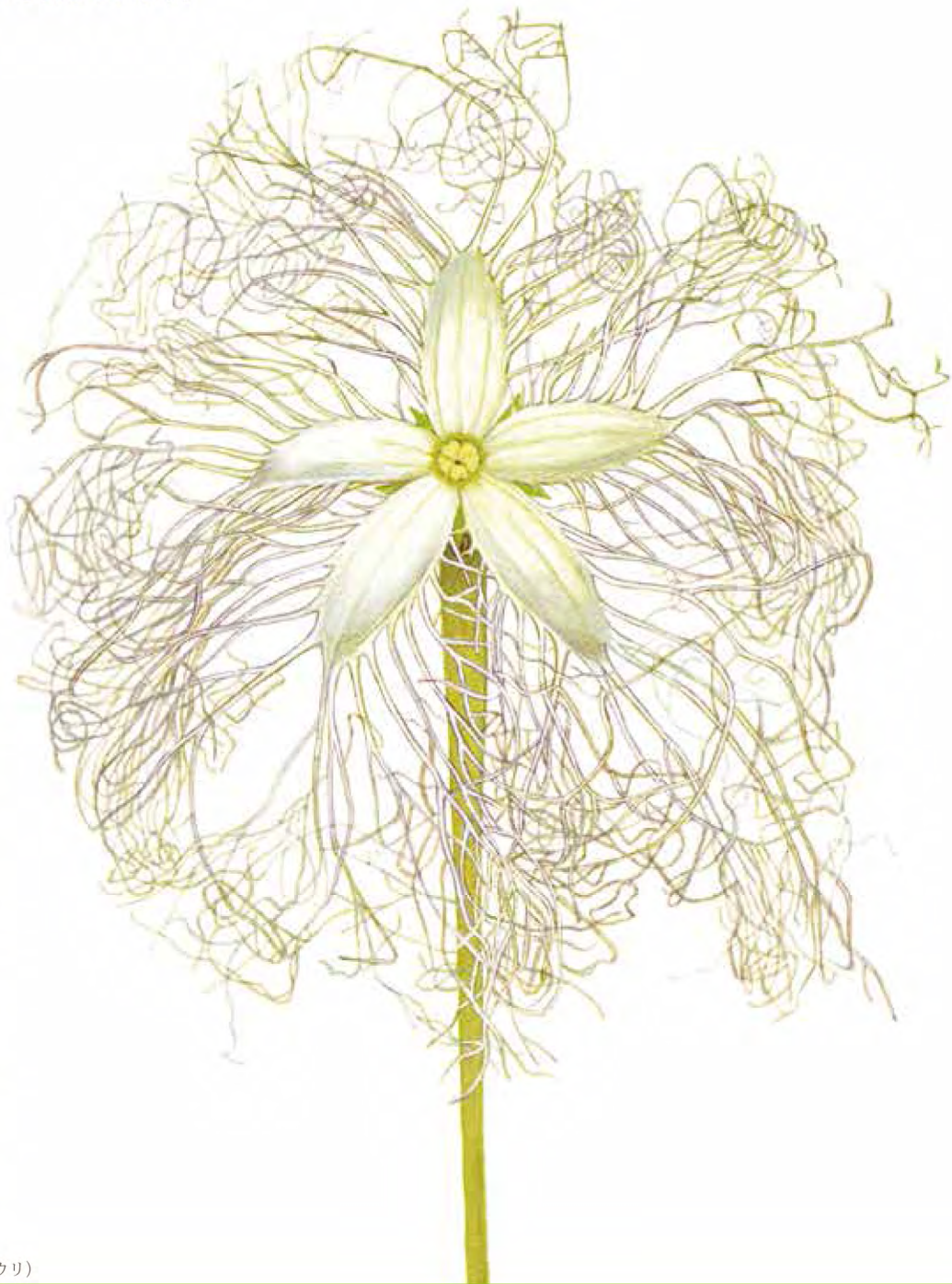
特集

超簡単ヘルシー！ 自家製ドライフルーツの作りかた

心を育てることも仏教塾

『心をきれいにするほうほう』

アタマの体操クイズ&抽選プレゼント



超簡単ヘルシー!

自家製ドライフルーツの作りかた

添加物を使わずに、ご家庭でも意外と簡単にできる
お好みのドライフルーツを作ってみませんか？



vol.2

生活にちょっといい華を添えて。
毎日が少し楽しくなる特集です。

TRY IT! かんたん缶詰パイナップルでドライ

パイナップルの缶詰はシロップにつけてあるため、そのまま乾燥させるだけで甘味が凝縮した美味しいドライフルーツを作ることができます。

作りかた

①缶から出してシロップを切ったパイナップルの表面の水分をキッチンペーパーでふき取り、丸のまま、または2~4等分してオープンシートを敷いた天板に並べる

(水分は出来るだけ取り除いたほうが乾燥も早くて良いが、あまりぎゅっと押すようにすると崩れてしまうので要注意)

②100~120度のオープンで裏表60分ずつ加熱して水分を飛ばし、あとは更に低い温度で乾燥させるか、好みの具合まで風通しの良いところで乾燥させる

(量が少なければ100度、多ければ120度あたりで調整)



乾燥具合はお好みで

しっかりと固くなるまで乾燥させなくても、セミドライの状態「柔らかいが、水分が出ない状態」に乾燥させれば、パンやケーキに混ぜて調理を楽しめます。

ポイント 1 材料ごとの準備



ポイント 2 保存

袋に密閉して冷蔵し、早めに使いきる。

長期間保存したい場合はできるだけしっかりと水分を飛ばして冷蔵保存しましょう。半生の状態がお好みであれば、冷凍庫での保存がおすすめです。





Dried fruit

身近なフルーツで簡単に

材料に合った下処理と乾燥方法でお手軽に。

下処理

大きく分けると2通りの下処理があります。

A 切ったものを乾燥させるシンプルな方法

バナナ・キウイなど（素材の味だけで楽しめます）

B 一度砂糖水に漬けて浸透圧で水分を出したものを煮て、甘味を含ませてから乾燥させる方法

リンゴ・オレンジ・イチゴなど（缶詰のフルーツなどを使えばBの工程を省略することができます）



乾燥

オーブン、天日干し等

A オーブン＜季節を問わず、時間短縮＞

天日干しがなかなかできない天候や、湿気の多い季節には、オーブンを使って水分を飛ばす方法がおすすめです。

- ◎フルーツの下処理（カット、水気を取る等）
- ◎100℃くらいの温度で、まず1時間じっくりと加熱し様子を見る。
- ◎果実の水分が多い場合には、加熱時間を長めに。
- ◎オーブンから出した後は、通気性の良い網やザルなどに並べ熱を逃がす。
- ◎完全に熱が取れ、乾きが充分になってから保存容器に入れる。

B 天日干し＜じっくり乾かす、天然乾燥＞

天候の良い日が続く、風通しの良い環境があれば、こちらもおすすです。

- ◎日中は陽当たりのよい場所に干しておく。
- ◎陽が落ちたら室内に保管、翌朝からまた天日干しを数日繰り返し、お好みの堅さに。
- ◎網や竹カゴ、ケーキクーラーなど通気性の良い容器の上に並べるのがポイント。



チョコレートフォンデュ

心を育てる

こども仏教塾

子どもたちに知ってほしい「本当に大事なこと」を伝える
お釈迦さま(ブツダ)の言葉を紹介します。

て
手をあらうように、

こころ
いつも心を

きれいにしておこう





心をきれいにするほうほう

ブツダは、「心をきれいにしておくことは、とてもだいたいなこと。いつもきれいな心であれば、楽しいことやうれしいことが、たくさんおきる」と言っています。

でも、手やからだはあらってきれいにできるけど、心はどうすればきれいになるのでしょうか？それは「わるいことをしない」こと。たとえば、「うそをつかない。人のものをとらない。らんぼうなことばをつかわない。人のわるいことを言わない。たくさんほしがらない」。むずかしいことではないから、今日からきみもまもってごらん。

清らかな心には楽しみや喜びがつきしたが、汚れた心には苦しみばかりがつきしたが、ブツダは言っています。汚れた心では、悪い傾いた行動しかできず、それは結局、自分に「苦」ばかりをもたらすというのです。子どもには、悪いことや人のいやがることをすると、心がどんどん汚れてしまつて、楽しいことが起こらなくなると教えましょう。私たち大人の心も浄化したいものです。

“人生を心安らかに幸福に生きるための知恵”として仏教の考え方が見直されてきています。お釈迦さま＝ブツダのことばには、現代の子育てに十分応用できるたしかな教え・正しい知恵が詰まっています。 「ブツダがせんせい」 宮下 真 著 (永岡書店)より

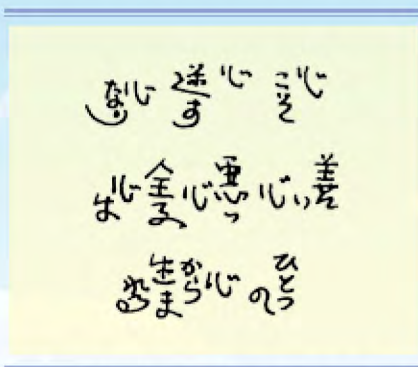
第3回

お護摩の体験と 精進料理を味わう会 のご報告



会食後の記念写真

晴天に恵まれ、ご参加の皆様とともに紅葉を楽しみながら薬王院山内を巡ることができました。高尾山薬王院のお坊さまの解説に耳を傾けながら歩き、お護摩の体験、精進料理を堪能し、皆様と共に楽しい時を過ごさせて頂きましたことを、心より感謝申し上げます。



※大本坊にてお坊さまよりいただいたお言葉



こがねやから...



多磨霊園内での

●年間掃除

2ヶ月に一度墓所内を清掃いたします。

●ご命日・お彼岸などの供花

ご命日などご希望の日に、お花をお供えいたします。

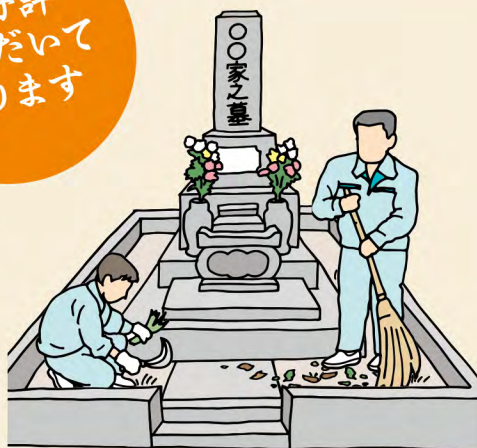
●植木のお手入れ

植木の植栽、刈り込みなど、お手入れをいたします。

●お墓のお手入れ

花立交換・取付、砂利の追加などいたします。

ご好評
いただい
て
おります



お気軽にご相談下さい。 ☎0120-37-1121



脳の体操

今回の出題は漢字クロスワードです。

A	量		産			遠
変		命		来		
						門
					人	
	D	格		話		騎
	形		C	術		
料			能			B

永	会	月	五
士	人	世	生
線	大	霜	道
譜	武	全	芸
名	面	有	

前号のクイズの答えは

A	B	C	D
一	期	一	会

たくさんのご応募、ありがとうございました。

ルール

タテ・ヨコに意味のある熟語になるように、空欄に右の漢字をひとつずつ当てはめてください。



正解者の中から
抽選で!

東京ドームジャイアンツ戦

観戦ペアチケット**25組50**名様にプレゼント



A	B	C	D

<応募要項>

- 官製はがきに、答え A ~ D を書いて、以下①・②を明記の上、右記住所までご郵送下さい。
- ①「ゆかり野」または弊社へのご意見、ご感想
- ②郵便番号・ご住所・お名前(フリガナ)・電話番号

- 締切/平成26年3月25日(火)(当日消印有効)
※当選者の発表は、チケットの発送をもって代えさせていただきます。
- お送り先: 〒184-0013
東京都小金井市前原町4-12-30
こがねや石材(株) ゆかり野アンケート係

★ご応募は1家族1組までとさせていただきます。
★観戦日のご指定は出来ませんので予めご了承下さい。

表紙のことは 純白の天使 群馬直美(葉画家)

夜8時。ポケットにハサミを忍ばせ、近所の生け垣へ。「居た、居た!」5枚の花びらの縁が細く裂けレースのように広がり、まるで後光が差しているみたい。なんと、神秘的な花だろう。茂みをまきぐると、花は驚くほど長い筒を持っていた。



確かな信頼と実績、真心を込めた対応でお応えします。

仏事に関する皆様の疑問・質問を、「お墓相談員」「お墓ディレクター」の資格を持つ経験豊富な相談員がお応え致します。お気軽にお問い合わせ下さい。
お知り合いの方の「ご紹介キャンペーン」を行っております。

川崎清風霊園



新規開園

神奈川県川崎市麻生区片平1515-1

【電車】
小田急多摩線「栗平駅」南口より徒歩9分
北口より車で3分。
小田急小田原線「柿生駅」より車で7分
「新百合ヶ丘駅」より車で10分。
京王相模原線「若葉台駅」より車で7分。
【お車】
東名高速「東名川崎IC」より18分。
東名高速「横浜青葉IC」より19分。
※前日予約で送迎あり(右記4駅より)

メモリアルパーク大和墓苑 ふれあいの郷



新規開園

神奈川県大和市上草柳207-1

【電車】
相鉄線「相模大塚駅」より徒歩11分。
小田急江ノ島線「相模線大和駅」より徒歩13分。
【お車】
国道467号線「深見台交差点」より5分・国道246号線「上草柳交差点」より10分。

吉川美南霊園



新規開園

埼玉県吉川市道庭463-2

【電車】
JR武蔵野線「吉川美南駅」より徒歩5分。
【お車】
越谷流山線「吉越橋」より5分。
吉川橋より6分。
常磐自動車道三郷料金所より6分。
東京外環自動車道外環三郷西ICより10分。
首都高6号三郷線三郷東ICより9分。

都筑港北霊園



神奈川県横浜市都筑区牛久保町1886-2

【電車】
東急田園都市線「鷺沼駅」より徒歩20分。
地下鉄ブルーライン「中川駅」より徒歩20分。
【お車】
東名高速「東名川崎インター」より8分。

メモリアルフォレスト多摩「南の丘」



東京都町田市小野路町2356-2

【バス】
京王 小田急線「永山駅」3番のりばより
「鶴川駅」行き乗車、「湯船」にて下車
徒歩3分
京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」11番のりばより
「鶴川駅」行き乗車、「湯船」にて下車
徒歩3分
【お車】
中央道「国立府中インター」より30分。
※永山駅より送迎バスあり(土日のみ)

海老名フォーシーズンメモリアル



神奈川県海老名市杉久保南3-20-1

【電車】
JR相鉄線「杜屋駅」より車で3分
小田急線「JR相鉄線「海老名駅」より車で8分
【お車】
東名高速「海老名インター」より8分。

全優石認定店

石産協加盟店

大本山高尾山薬王院御用達・都知事許可(般23)第41587号
こがねや石材株式会社

仏事・墓石相談窓口 **0120-37-1121**

<http://www.koganeya-148.com>

office@koganeya-148.com

〒184-0013 東京都小金井市前原町4-12-30 電話 042-(385)1121
TEL.042-385-1121 FAX.042-385-0210

こがねや石材

検索

葬儀相談窓口 (24時間受付) **0120-45-6444** (葬儀企画・施行 / (株)あい)