

ずっと快適、もっとしあわせ

軟水生活

Vol.28

日本の味
「出汁」を知ろう

鍋のおいしい
季節ダシ！



軟水生活のひろば

掲載しきれなかったおたよりは公式ホームページ、公式Facebookページ、その他の販促物でもご紹介していく予定です。ぜひチェックしてください！（見出しは編集室で作成しています）

● 万年50代

軟水生活を始めて20年位かな？ 現在70才ですが、いつも50代に間違われるのは肌がツヤツヤだから。だから常にノーメイク。現在中学生の孫がうちに泊まり軟水風呂に入るとアトピーの症状がおさまりましたが、軟水って不思議。肌に良いのは確かだと実感しています。万年50代を続けます。うふふ♪

山口県 み一たんさん

● 『軟水生活』を読んで実感！

長期出張後に軟水で髪を洗うと、スッカリ感、手触りの良さや、まとまりやすさ等、効果を実感します。1回洗っただけでも違いに気づきますが、数回洗うとますます良い感じになる気がしていました。これは、髪の毛の内部に入り込んだカルシウムが軟水で洗うと徐々に（ゆっくりと？）抜けて戻っていくおかげなのかな？ 記事を見て頭に浮かびました。

愛媛県 まきびよんさん

硬水の温泉入って 違い知る 兵庫 県 たかたんさん	軟水に 変えてイキイキ めざせ百才！ 熊本 県 健康おたく・もどきさん	軟水で 疲れが取れる ばんしゃく！ 福岡 県 トラクターマンさん
------------------------------	--	-------------------------------------

広島県 K.Fさん



福岡県 M.Kさん



愛媛県 こはなさん



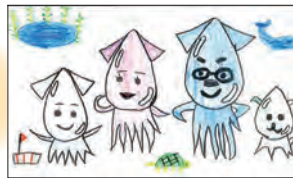
長崎県 「ピアノ」うってちょーだいさん



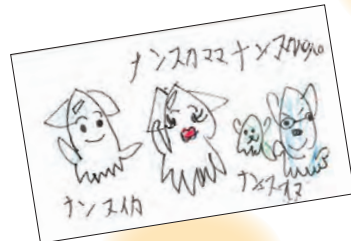
東京都 しらたまりんさん



奈良県 軟水大好きさん



栃木県 Nさん



『軟水生活』では、本誌やお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問、さらにイラストやペットの写真などを募集しています。P5に付属のはがきをご利用いただくか、下記のFAX、メールにお寄せください。

FAX：089-960-4319 メール：nansui_life@miuraz.co.jp

ずっと快適、

軟水生活

もっとしあわせ

公式ホームページ

<http://www.nansui.jp>

公式 Facebook ページ

<https://www.facebook.com/nansuiseikatsu/>

三浦工業株式会社

〒799-2696 愛媛県松山市堀江町7番地

2019.10

軟水 VOICE

私たち、軟水使っています！

第3回

ミウラの軟水器は、ご家庭以外でも大活躍！
このコーナーでは、そんな皆様の声を集めてみました！

軟水 VOICE 募集中
軟水にしたきっかけ、良かったことをメールでお寄せください。
nansui_life@miuraz.co.jp

DLD

わんちゃんを健康をサポートし、飼い主様との健康寿命を延ばすことを目的にペットホテル「ドックカールトン」やトリミングサロンの「トリミングスペースK」などを経営しています。軟水を使うようになってから、お客様の満足度がさらに上がり、水を変えるだけでこんなに違うのかと、とてもびっくりしたそう。



シャンプーに軟水を使う「トリミングスペースK」。

軟水にしたきっかけ

肌が弱いわんちゃんの飼い主様が「いろいろ試したのによくなりません」と悩む姿を見て、皮膚・被毛のバリア機能の改善を期待できる軟水にしました。わんちゃんの尿路結石を予防できるとも聞いています。



シャンプーやトリートメント、トリミングも好評。

軟水にして良かったこと

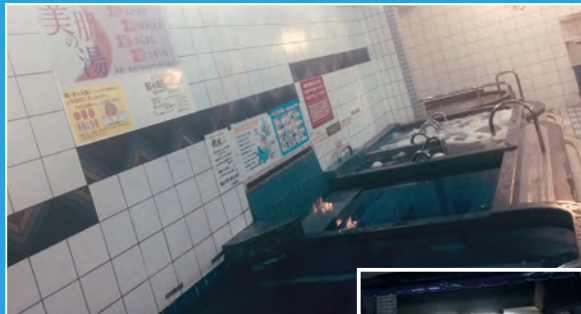
軟水はシャンプーとの相性がよく、毛並みを美しくします。肌トラブルで毛が生えなかったわんちゃんも、週1回の軟水シャンプーを続けて、今ではモコモコに！ また軟水のおかげで、毎日10頭以上をシャンプーしているスタッフが、冬場でも一切手荒れしなくなりました。

DLD (Dog Life Design company)
大分県大分市大字森401-1
☎097-521-7700
🕒 午前9時30分～午後6時
🔥 火曜
http://dld-group.jp



八丁温泉

地元で親しまれている銭湯で、お湯は軟水を使っています。電気風呂が人気で、バラエティ番組の「電気の強さ対決」などの企画にも、何度か「出演」しています。



浴室の壁には、軟水の魅力をお客様に伝えられるよう、説明や効果が貼られている。



大阪一の歴史を誇る電気風呂。

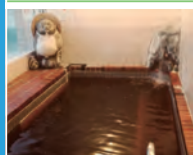
軟水にしたきっかけ

硬度成分除去の「美肌の湯」に興味を持ち、業者の紹介を受けて、軟水の魅力を認識しました。そしてボイラを新しくするタイミングで、軟水器も一緒に導入しました。

軟水にして良かったこと

お客様には「泡立ちがよく、肌がつっぱらなくて、髪はサラサラになった」と大変喜んでいただいています。また浴槽に湯アカが付きにくくなり、清掃も楽になりました。今後、コインランドリーにも導入する予定です。

八丁温泉
大阪市西淀川区御幣島 3-10-2
☎06-6472-2761
🕒 火～土曜 午後3時～深夜1時
日曜 午前8時30分～深夜1時
🔥 月曜（祝日の場合、午後3時から営業）
https://hacchou-onsen-81010.amebaownd.com



ちょっと話したい！軟水のこと

肌が弱くカサカサの主人が、ずっと薬を塗っていたのですが、軟水にしてから肌がカサカサにならず薬を塗らなくてもよくなりました。

(三重県 えりんこさん)

NAN-SUI-SPECIAL

日本の味「出汁」を知ろう



ユネスコ無形文化遺産に登録[※]され、世界的にも注目を集めている「和食」。その味付けの要となるのが「出汁」です。出汁の役割や種類、豆知識などを知り、もっとおいしい「出汁生活」を。

※「和食」：日本人の伝統的な食文化（Washoku, traditional dietary cultures of the Japanese, notably for the celebration of New Year）として2013年に登録

出汁の定義

出汁は煮出汁の略称で、食材の「うま味」の成分を抽出した液体のこと。これを醤油やみそ、塩、砂糖などの調味料とうまく組み合わせることで、料理の味を向上させることができます。

和食の出汁に用いられる食材は、かつお節や昆布、煮干し、椎茸などの乾物が一般的です。

Q. なぜ乾物は出汁に向いている？

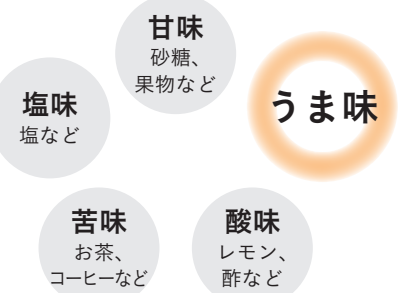
A. 乾燥によって食材の細胞膜が破壊されていて、長時間煮込まなくても成分を抽出できるからです。



Q. 「うま味」って何？

A. 甘味、酸味、塩味、苦味と並んで「基本味」と呼ばれる味覚。グルタミン酸、イノシン酸、グアニル酸などから生じます。

5つの「基本味」



資料: 近藤高史, 2015, 「和食を支えるだしの魅力」『日本醸造協会誌』(https://www.jstage.jst.go.jp/article/jbrewsocjapan/110/2/110_86/_article-char/ja/), 国立国会図書館「本の万華鏡 第17回 日本のだし文化とうま味の発見」(https://www.ndl.go.jp/kaleido/entry/17/index.html)

ちょっと話したい！軟水のこと

軟太郎と潤肌美人で効果倍増！！毎日温泉気分を味わっています。温泉代がいらなくなりました。

(山口県 カッチャンさん)

出汁は和食の基本

出汁は和食において、ほとんどの料理に使われます。出汁こそが、和食を特徴づける最も重要な要素とも言われています。

日本の出汁の本質は、食材そのものの持ち味を引き立てること。そのため、出汁をとる際は、余計な味が付く前に出汁用の食材を引き上げます。例えば、お吸い物などに使われる「一番出汁」の場合、透明感や繊細な香りが重視されるため、出汁をとる時は煮立たせてはいけません。



出汁の種類いろいろ

かつお節からとる かつお出汁

うま味の成分はイノシン酸で、豊かな風味が特徴です。かつお出汁の場合、一番出汁は平削り(花かつお)でとり、お吸い物や茶碗蒸しなどに活かします。



ポイント 濃い出汁をとる際は、厚削りなどを使用します。出汁をとる際は、苦味が出てしまうためかつお節を絞るすぎないように。

昆布からとる 昆布出汁

うま味の成分はグルタミン酸で、上品で控えめな風味が特徴です。野菜の料理全般に適しています。グルタミン酸は母乳にも多く含まれ、赤ちゃんが生まれて初めて口にするとうま味でもあります。



ポイント 煮出しや水出して出汁をとります。鍋に水を入れ、30分放置してから加熱します。

煮干しからとる 煮干し出汁

うま味の成分はイノシン酸で、かつおに比べて酸味が弱く、香りは強め。みそ汁やめんつゆ、煮物などに向いています。関西では「いりこ出汁」とも。煮干しにはカタクチイワシが最も多く使われます。



ポイント 煮干しの頭とワタは生臭さの原因となるので、きちんと取り除いてから出汁をとります。

干し椎茸からとる 椎茸出汁

うま味の成分は、グルタミン酸、イノシン酸と共に「三大うま味成分」の一つとされるグアニル酸。これを豊富に含む食材はほぼ、干し椎茸のみです。



ポイント 冷水で長時間かけて戻すのがおすすめです。

日本の出汁の歴史

現在の出汁に近いものが登場する最古の資料は、室町時代に始まった日本料理の流派・大草流の料理書『大草殿より相伝之聞書』という書物です。

江戸時代になると、出汁が数多くの文献に登場するようになります。例えば寛永20年(1643年)に刊行された日本初の実用料理書『料理物語』には、昆布が出汁の食材として使われていたことが明記されています。

また明治37年(1904年)刊行の『和洋家庭料理法』をはじめとする料理書からは、かつお節や昆布の出汁が当時すでに一般庶民まで普及したことがうかがえます。

Q. 出汁は海外にもある？

A. 海外にも、動物の肉や骨、野菜などの食材から、うま味の成分を抽出する調理法があります。ただし、日本の出汁と異なり、長時間煮込んで濃厚な味を生み出すことを目的としています。そのためゼラチン質や油脂分が多く、高カロリーです。一方、日本の出汁は油脂分をほぼ抽出しないので、非常に低カロリーです。



うま味の相乗効果

複数の食材を使ってとる出汁を「合わせ出汁」と言います。例えばかつお節と昆布の合わせ出汁では、イノシン酸とグルタミン酸が合わさることで、うま味が数倍に感じられることがあります。これを「うま味の相乗効果」と呼びます。

グルタミン酸は植物性食材に多く含まれ、イノシン酸は動物性食材に多く含まれます。鍋や煮物を作る際は、肉や魚と一緒に野菜を入れて調理することが多く、これによりさらにうま味の相乗効果も高まります。



Q. 「うま味」は英語で何？

A. うま味は世界的にも「Umami」と呼ばれています。ちなみに世界で初めて、うま味の存在を科学的に立証したのも日本人。明治41年(1908年)に化学者の池田菊苗が、昆布のうま味がグルタミン酸に起因することを発見しました。



料理には欠かせない「出汁」 美味しい出汁をとるには軟水がおすすめ。

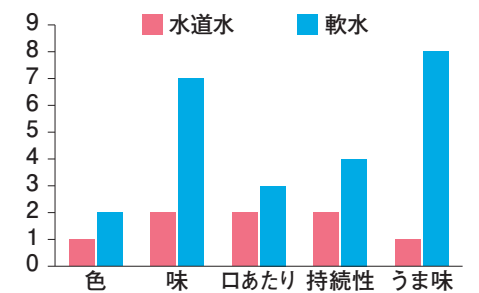
お客様からいただくハガキでも、「軟水にしてからみそ汁が美味しい」「料理がおいしくなった」などという声が届きます。これは、軟水でいい出汁がでるからかもしれません。

そこで、軟水と水道水で抽出した出汁の違いを調べるため、かつお出汁による官能検査を行ってみると、軟水のほうが味やうま味を中心に総合的に良い評価を得られました。これは、水の硬度が高いと、かつおや昆布のうま味成分がアクとなって逃げてしまう*からだと考えられます。

料理には欠かせない出汁、その味やうま味が良く感じられることで「料理がおいしい」につながるのです。

*早川光, 1998, ミネラルウォーターで生まれ変わる

かつお出汁官能試験結果



沸騰させた軟水または水道水(硬度60 mg/L)300 mLにかつお節9 gを入れて1分間煮出した。これを常温にて1分間静置した後、かつお節とアクを取り除き1Lまで薄めたものを試料とした。
8名の被験者が、軟水または水道水で抽出した出汁の「色」「味」「口あたり」「持続性」「うま味」の5項目について、感じる強さの度合いを0~3点の4段階で評価を行った。
上のグラフは、2つの試料の各項目について得られた合計点を比較したものである。

ちょっと話したい! 軟水のこと

転勤族なのに軟水生活を続け、軟水器を取り付け、取り外しをやってきましたが、やっと家を購入したので、軟太郎の引越しも終わり?! です。

(兵庫県 えみちゃんさん)

ちょっと話したい! 軟水のこと

臭くない水ってないと思ってた。軟水に出会うまでは・・・^v^

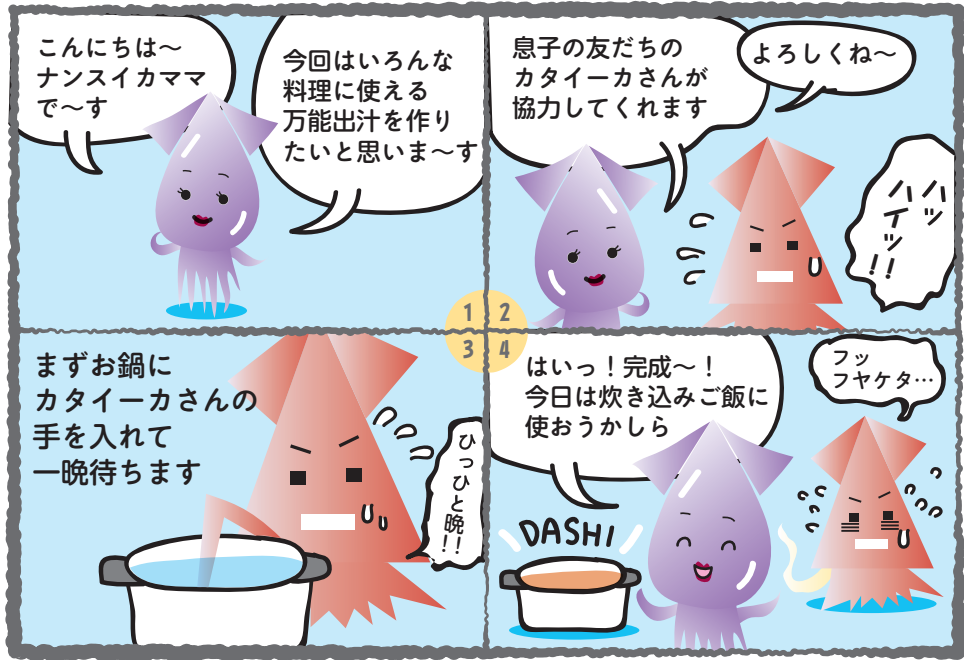
(滋賀県 ボンさん)

ナンスイカ 劇場

その3 万能出汁

ナンスイカのお友達大募集!

不思議なフシギなナンスイカ。次号以降も、ご近所さんたちが登場予定ですが、まだまだ友達が少ないのだとか。つきましては、皆様からナンスイカのお友達(イラスト)を大募集します。はがきにお送りください。お友達候補は随時「軟水生活」や公式Facebookページで紹介しします。その中から「ナンスイカ劇場」に登場する場合があります。



翌日、カタイーカさんは元通りにすっかり元気になりました。

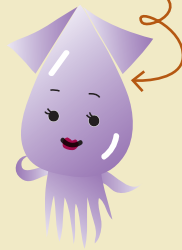
著作権の取り扱い
お送りいただいた作品にかかる一切の権利は三浦工業に帰属し、作者は作品に関して著作権・著作者人格権を行使しないものとします。

ナンスイカ図鑑

No.003
ナンスイカママ

ナンスイカの母

ホットヨガの先生



座右の銘
軟よく硬を制す
口癖
「ま〜ま〜」
好きな食べ物
タコス、酢だこ

ミウラのあんなとこんなこと

イオンリフレッシャーは自社工場では製造しています。

軟水器に欠かせないイオンリフレッシャーは、ISO22000(食品安全)認証を取得しているミウラの自社工場では製造しています。製造・計量・充填・梱包・搬送までロボットで自動化。金属探知機・高性能カメラの検査による異物混入防止にも努めています。いつでも安定した品質で、安心・安全をお客様にお届けしています。



計量する工程です

イオンリフレッシャー製造中!



袋詰めする工程です

行ってみたい! Nippon 水風景

愛知県豊田市足助町

こうらんけい 香嵐渓



愛知高原国定公園の一角にある巴川と足助川の合流点。香積寺11世の三栄和尚が、江戸時代に植樹したことがはじまりとされ、秋にはイロハカエデ、ヤマモミジなど約4,000本11種類のカエデが紅葉。毎年11月は「もみじまつり」が開催されます。

北京オリンピック 水から上がる決意をした

最後の最後にどん底を経験

2008年の日本選手権で、腰を故障しながらも何とか北京オリンピックの代表権を獲得できました。その後も腰も泳ぎの調子も戻らないまま。「試合が延期になればいいのに」なんて思ったのは始めてでした。でも、やるからにはとにかく頑張って今のすべてを出し切ろう、と思って北京オリンピックに臨みましたが、結果は予選落ち。私は最後の最後で、オリンピックという舞台でどん底を経験してしまったのです。オリンピックが終わった後、いろいろ考えました。現役を続けるとなると4年後のロンドンオリンピックを目指すことになりますが、どうしてもあと4年も現役を続ける気持ちが出てきませんでした。私はこのとき、引退を決意したのです。

北京オリンピック会場で。



みずとわたし 第7回



柴田 亜衣(しばた あい)

福岡県生まれ。鹿屋体育大学卒。アテネオリンピックの800m自由形で、日本人女子自由形選手として初となる金メダルを獲得。北京五輪後に引退し、現在は講演会やイベントなどで幅広くスポーツの振興・普及活動に携わっている。

Q&A 柴田亜衣さんが水泳の悩みを解決!!!

いつも鼻がツーンとして怖くてターンができません。ターンのコツを教えてください。(千葉県 じゅんこんさん)

クイックターンで回るとき、息を止めていませんか? 回るときに鼻から少しずつ息を吐いてみてください。鼻まで水に沈めて、ゆっくり長く鼻から息を吐く練習をしてみると良いかもしれません。ん〜とハミングするようなイメージです。

あなたの水泳の悩み大募集!

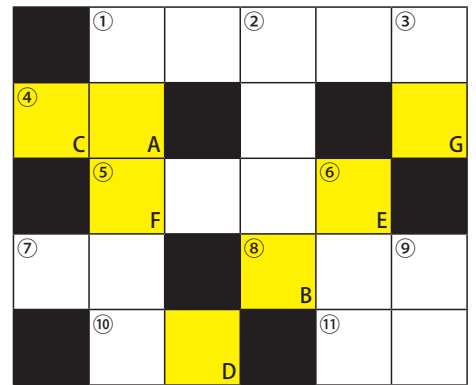
「楽に泳ぐコツは?」「子どものスイミングは何歳から?」毎号「みずとわたし」で柴田さんが水泳の悩みに答えてくれます。質問は、はがきに書いて送ってください。

プレゼント 軟水クロスワード

クロスワードパズルを解いて、A~Gに当てはまる文字をアルファベット順に並べると、ある言葉が出てきます。答えをはがきを書いて送ってください。

正解者には抽選でプレゼントが当たります。ぜひご応募を!

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------|
| よこのかぎ | たてのかぎ |
| ①「%」の読み方は? | ① 航空機を操縦する人。 |
| ④ 物を乗せたり、人が乗るための物。テレビ●●、踏み●●。 | ② 水の流しっぱなしを控えて、●●●●を心がけましょう。 |
| ⑤ 肉などをあぶり焼きや蒸し焼きにすること。●●●●ビーフ。 | ③ エッフェル●●、五重●●、太陽の●●。 |
| ⑦ とん●●、●●丼、ハム●●。 | ⑥ 関東地方北部に位置する県。県庁所在地は宇都宮市。 |
| ⑧ 「あまおう」「とちおとめ」「紅ほっぺ」といえば? | ⑨ 輪●●、●●手袋、●●印。 |
| ⑩ お●●玉、●●の瀬。どんなに頑張っても1年に1つしか取れないもの。 | |
| ⑪ 従うべきこと。●●教育、支払い●●。 | |



ヒント 軟水を使って……



VOL.28は正解者の中から「軟水専科」(新パッケージ!)1個を20名様にプレゼント!

締め切りは2019年12月31日(火)消印有効。ご応募には、付属のはがきをご使用ください。当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。



前号Vol.27の答え

なんすい(な)か(す)い(す)か(ふ)あ(み)り(ー)

