

さくら保険サービス通信

〒830-0037 福岡県久留米市諏訪野町2570-9高村ビル2F

TEL 0942-37-7351 FAX 0942-37-7352

さくら保険サービスのURL <http://www.sakura-hoken.com/>

15年

7月号

30秒でチョットした情報通になれる



暦 歳時記

うどんとそば



■落語「時うどん」の話の内容は？

上方落語の『時うどん』を知っていますか？
江戸落語では『時そば』になります。話しは屋台のうどん代金を、時を数えるのに絡ませて一文ごまかしてしまう内容です。それを見ていた人が同じことをします。ところが……一文ごまかすどころかうどんの値段十六文より多く払ってしまいます。さて、何文多く払ってしまったのでしょうか？ どうしてそんなことになってしまったのでしょうか？ 屋台の主人への支払をごまかすやり方はこうです。

深夜の「暮れの九ツ(午前12時ごろ)」に屋台のうどんを食べ終わり店主にいくらだと聞くと「十六文」。屋台の主人の掌に「一、二、三、四、五、六、七、八」と一文銭を払ったところで、「今何時(なんどき)」と尋ねます。

主人が「九」と応えると「十、十一、十二、十三、十四、十五、十六」と銭を払います。これでうどんの代金を一文ごまかしました。これを見ていた人が、日を改めて同じようにうどん屋をごまかそうとします。

さて食べ終わったうどん屋の主人の掌に八文まで払って「今何時」と主人に尋ねます。主人が「四ツ」と応えると「五から十六」まで数えて代金を払います。結局、四文多めに払ってしまったのです。

何でこんなことになったのでしょうか？ それは江戸時代の時の数え方で「暮れの九ツ(午前12時)」の前は「暮れの四ツ(午後10時)」だったからです。午後10時(四ツ)にうどんを注文したからごまかすどころか多く払ってしまったのです。

つまり『時うどん』は江戸時代の時の数え方がこの落語を成立させているのです。7月2日は「うどんの日」ということでこんな話をテーマにしてみました。



さくら保険サービス通信

〒830-0037 福岡県久留米市諏訪野町2570-9高村ビル2F

TEL 0942-37-7351 FAX 0942-37-7352

さくら保険サービスのURL <http://www.sakura-hoken.com/>

15年
7月号

30秒でチョットした情報通になれる



健康情報

うどんとそば 健康効用比較



■うどんとそばのカロリーを比較

そばの原料の蕎麦粉には、一番粉、二番粉、三番粉、ひきぐるみなどの種類があります。

おなじようにうどんの原料の小麦粉も強力粉、中力粉、薄力粉などの種類があります。

これらの100g当たりのカロリー量はどのくらいでしょうか？ 一番粉359kcal 二番粉360kcal 挽きぐるみ361kcal。

小麦粉の強力粉366kcal 中力粉と薄力粉368kcalです。そばもうどんも原料段階ではカロリーは変わりません。ところがゆでて麺にして比較するとうどんのカロリーはそばよりも低くなります。

うどんはそばよりも水の吸水率が高く水分量が多くなります。それで麺の重量に比べて、

小麦粉の量が少なくなりそばよりもカロリーは低くなるというわけです。

水分量が多いと消化吸収がよく胃腸にやさしくなります。うどんはそばより消化しやすいです。それに水分量が多いから温かい麺は体を温めてくれます。

■風邪に効くのはそばよりうどん

風邪を引いたときにうどんとそばのどちらが体力の回復力を高めるのでしょうか？

うどんの方がそばより風邪で弱っている胃腸に対し消化しやすいです。

温かいうどんは体を温めるからリラックスさせてくれる効果もあります。

それに熱で脱水症状になっていたらうどんの汁が脱水症状を防いでくれます。

体力が落ちているならうどんに卵を入れて「卵とじうどん」にすると卵の栄養が加わって体力回復に効果的です。

というわけで、風邪をひいたときに昔からうどんを食するのは消化によく体が温まり体力回復を図れるからです。

風邪をひいたらそばよりうどんなのです。

さくら保険サービス通信

〒830-0037 福岡県久留米市諏訪野町2570-9高村ビル2F

TEL 0942-37-7351 FAX 0942-37-7352

さくら保険サービスのURL <http://www.sakura-hoken.com/>

15年

7月号

30秒でチョットした情報通になれる



注意喚起

は



口内のやけど

■口内のやけどの症状は？

熱いうどんやそばを食べたら口の中の火傷が生じてピリピリしたり、皮がむけたり、水ぶくれができたりなどしたことはありませんか。

口のやけどは不快な症状です。食事は毎日しなければならぬので飲食しないわけにはいきません。ですから一刻も早く治したいです。

口内が火傷したらどうでしょうか？ その治療にはどんな方法があるのでしょうか？

口内の火傷によって起こる症状は口内炎です。症状は

- ①粘膜がピリピリしびれたような感覚、または痛みがでます。
- ②火傷の部分が舌で触るとざらざらします。
- ③水ぶくれができます。

④口の天井の部分や頬、唇の皮がむけます。

⑤舌が赤くなったり腫れたりします。

⑥味覚が鈍くなります。

■口内のやけどと治療法は？

口内を火傷した場合は、あたりまえですがまずは「冷やす」のが一番の治療法です。

- ①火傷の部位に食べカスが残っている場合それを取り除きます。
- ②冷水を口内に入れ数分間口内をすすぎます。
- ③氷を口内に入れます。
- ④痛みが強ければ鎮痛剤を飲む
- ⑤砂糖を少し舌の上にのせて口内の天井部分に押し付けます。

砂糖は痛みを和らげる効果があるといわれています。



さくら保険サービス通信

〒830-0037 福岡県久留米市諏訪野町2570-9高村ビル2F

TEL 0942-37-7351 FAX 0942-37-7352

さくら保険サービスのURL <http://www.sakura-hoken.com/>

15年

7月号

30秒でチョットした情報通になれる



トピックス情報 加給年金について



加給年金とはどんな年金？

加給年金とは配偶者や子供を扶養する年金手当といえます。加給年金の受給条件は厚生年金に20年以上加入しているかです。本人(主にご主人)の受給条件としては、厚生年金を受給する時に、65歳未満の配偶者(主に奥さん)または18歳未満の子がいる時は以下の表の金額が加給年金として受給できます。

配偶者(主に奥さん)に対しては「特別加算」というものが別途支給されます。この「特別加算」は配偶者が65歳になるまで支給されます。ご主人が昭和18年4月2日以後生まれですと、「特別加算」として以下の表の金額が加算となります。

少し複雑ですが、本人が65歳前に厚生年金を受給できる方は、その時点から妻が65歳になり、さらには子が18歳になるまでの加給年金を受給できるのです。

対象者	加給年金額	年齢制限
配偶者	224,500円	65歳未満であること
1人目・2人目の子	各224,500円	18歳到達年度の末日までの間の子 または1級・2級の障害の状態にある20歳未満の子
3人目以降の子	各 74,800円	
※老齢厚生年金を受給している方で昭和18年4月2日以降の生年月日の方は配偶者の加給年金額に下表の165,600円が特別加算されます。		
配偶者加給年金額の特別加算額		
受給権者の生年月日	特別加算額	加給年金額の合計額
昭和18年4月2日以後	165,600円	390,100円