1 はじめまして。埼玉在住の26歳です。父の実家が四国の徳島県阿南市なので、四国ってすご～く憧れが、子供の頃からあったんです。去年も一人松山へ旅してきて、みかんジュース飲んだりしてきました。香川県の「さぬきうどん」有名ですね。まだ香川県は行ったコトないのですが、これも父が通販で見つけてオーダーしたみたいです。お昼ごはんで試食させてもらいました。やっぱり玄米の使われたうどん、おいしかったです。私、短大で栄養学を学んでいて、新しい会社に入社します。自然食品の通販事務、商品企画管理、顧客データの管理等の仕事なのですごく良い勉強になりました。

埼玉県さいたま市・岡　明子様

折角愛媛県までこられたのに、さぬきうどんにチャレンジされずに、とっても残念でした。さすがにさぬきうどんブームは峠を越えたようですが、それでもまだ、休日になると県外ナンバーの車をよく見かけます。彼らの多くは一杯100円のうどんを求め、対岸の岡山から、往復1万円の瀬戸大橋を渡ってきます。中には、東京から飛んでくる人もいます。ちなみに東京⇔高松往復チケットは4万円、コしって皆さんどう思います？

2 いつもおいしくいただいております。私は、玄米うどんが好きです。娘たちも洋風にして食べています。また何か、おいしい食べ方があったら教えてください。

新潟県岩船郡・T・F様

3 玄米うどん美味ですね。久々にうまい乾麺に出会った気がします。家族5人で、2袋ゆでるとあっという間になくなります。玄米うどんを使用したカップ麺があったら買っちゃいますね！

島根県安来市・
野坂史章様

4 「玄米うどんを納豆で食べる」のをやってみました。とってもおいしくいただけました。またおいしいレシピを紹介してくださいね。

宮崎県宮崎市・
宮田和幸様

5 玄米うどんのバジリコトマトは目からうろこでした。（ウチのしシピ1）カリカリベーコンとチリメンジャコのせ冷しうどん。小松菜などの青味も添えて。（ウチのしシピ2）麺つゆの中に、とにかくたっぷりのスライス玉ぬぎとたかのつめ1本。のりとカツオとゴマをトッピングで。酢とゴマ油を加えたらたちまち中華風。夏は冷たいうどんで夏バテなしです。またよろしく。

東京都府中市・伊藤京子様

6 台風23号で貴社倉庫等浸水された由、大変でしたね。お見舞い申し上げます。さて、玄米うどん抜群のおいしさです。讃岐平野、さぬきうどんも勿論おいしいですが、ゆで時間が短いのに歯ざわり最高、鮮度が良い。鱈子やめんたいこをマヨネーズで和えてパスタ風もおいしい（みじん切りの長ネギを加えると更に良い）。体によく優れた製品の開発にどうか頑張ってください。

東京都清瀬市・阪口文江様

今回は「玄米うどん」についてのお便り、いつになく多く頂戴いたしました。全て紹介しきれないのがとても残念です。「玄米うどん」ではなく「玄米パスタ」にするとしシピがぐっと拡がります。実際、あるしストランでは「玄米パスタ」という名前で使っていただいています。

7 いつもおいしく頂いております。たまに浮気してみますが、やはり木下製粉㈱の製品に戻ります。好みが一番相性がいいようです。この秋の台風は大変でしたね。今年は天災の多い一年でした。明るいニュース、来年はたくさんあるといいですネ。

東京都調布市・高橋美知子様

当社の麺を食べていただきたい気持ちは山々ですが、でもみなさんそれぞれ好みの麺があるので、色々試してみるのがいいと思います。またそうしてメーカーも切磋琢磨し、競争原理が働き、更においしい麺が開発されます。▲弊社の倉庫浸水の件では多くのお見舞いをいただき、本当にありがとうございました。今では何もなかったように仕事をしていますが、工場が無事だったのは本当に不幸中の幸いでした。

8 拝啓　何時もお世話に成りまして有難う御座居ます。今日はニュースをお送りします。お笑いに成りませぬように。

一．私は若い時に天皇陛下より明治勲章の勲八等白色桐葉章を賜りました。我が家の家宝です。
二．私は今年五月に米寿を迎えました。
三．私達夫婦は今年十月に結婚六十一周年を迎えました。
四．私達夫婦は、仲多度郡琴南町出身です。今後ともよろしくお願い致します。さぬきうどん発展の為に、社長様始め社員の皆様のご奮闘とご健康をお祈り申し上げます。　合掌

東京都大田区・石川國好様（ユキノ様代筆）

9 讃岐で生まれ、途中神戸、東京での生活8年を除いて28歳まで過ごしました。渡道して40年、未だに「うどん」とは縁が切れず、時々呼ばれて「うどん打ち」を広め、喜ばれてもいます。食糧難の時代、見様見真似で覚えたものが今、活きています。

北海道旭川市・長谷川昌央様

10 贈って喜ばれ、食べて心まで温かくなる。自分も嬉しく何時も感謝しています。一人暮らしの私ですが、何か何時も元気を頂いて過ごしています。77歳。娘が2時間かけて月一度来てくれて「このうどんおいしいね」と目に付けて帰りのおみやげにしています。

東京都調布市・齋藤マサ卫様

今回はご年配の方々からもお便りを多くいただきました。どのお手紙も思わず正座してしまいそうな内容です。これからも健康に気をつけて充実した時間をお過ごしください。

11 私の家で、たまにですがうどんを打ってみたりします。見様見真似ですが、未だにわからない事が一つ。「打ち粉」というのは何の粉でやるんですか？いつも切り終わったあと、くっついたままになってしまいます。うどんと同じ粉でやるからですかね？
追伸：ファリーナの麺、全部“セイハ”しますよ。絶対。

東京都板橋区・
小林三千代様

打ち粉は切ったうどんをゆでるまでの間、くっつかないよう、うどんにまぶすのが目的です。昔は専用の打ち粉なんてものはなかったので、大抵どこも小麦粉で代用していました。ただ、おっしゃる通り長時間放置しておくと、打ち粉がうどんと同化、つまりうどんの中に溶けてしまい、くっついてしまいます。そこで、小麦粉以外のでんぷんが打ち粉として使われます。現在、いちばん作業性がよいとされているのは、キャッサバという植物からとれたでんぷんです。

12 いつもおいしくいただいております。わが家も食品製造業をしております。不況の中厳しい状況ですが、頑張っています。会社の忙しい時の夕食は、今年は何度もざるうどんを作り、大変おいしく手間いらずで助かりました。子供たち、主人、主人の母と楽しく喋りながら、「私（お母さん）のお父さん（おじいちゃん）は釜あげうどんが好きだったのよ」など、実家でいた頃の懐かしい情景を思い出しています。

兵庫県加古郡・佐伯令子様

13 愚息四人は独立して各々巣立ち、女房との二人住まい。小生は大の愛麺家ですが、女房はどちらかといえば、パン食派。でも小生が麺をゆでると、女房も付き合う。当然、うどんつゆも小生の自作。御社の乾麺は日向臭さもなく、腰があり実においしい。

岐阜県各務原市・山本一彦様

ゆうてみまい!!
聞いてみまい!!

(Q)「田舎そば」と「天狗そば」、「玄米うどん」と「讃岐うどん」のセット商品、また年末はそばを組合わせた商品を販売してほしい。

(A) 詰合せ商品、特に「そば」を組み合わせた商品のご希望が多くありました。現在は季節限定商品としていくつかご用意していますが、今後はそばも入れていきます。▲今回、いくつか新商品をご案内いたしましたが、同時に箱の大きさもできるだけ共通化するように進めています。梱包がし易く、また破損事故も起こりにくくなるなどのメリットもあります。

(Q) 先般、「さぬきうどん」の不正表示がニュースになったが真相はどうなのか？

(A) これはさぬきでも大きな問題となりました。経緯を一部始終説明するのは、少し紙面的に無理がありますが、素通りするわけにも参りませんので、ここでは客観的な事実だけを述べます。現在、日本で消費される小麦は年間約630万トンです。内訳は米国、カナダ、オーストラリアから輸入される小麦が約550万トン、そして国内で生産される小麦、いわゆる内麦が約80万トンです。つまり小麦の自給率は約10%程度です。また、香川県内で生産されるさぬきうどんに限って言えば、平成16年には6万5000トンの小麦粉が使用されました。そしてこのうち香川県産の小麦粉は僅か2000トンにしか過ぎません。つまり私たちが無意識に食べているさぬきうどんのほとんどは、オーストラリア産ということになります。
▲今回の報道後、皆さんからの反応は大別すると次の通りでした。(1) 原料が何かよくわからないから、もうさぬきうどんは食べない。(2) 表示の件は、大変だけど、必ず報われる。気落ちせずにがんばれ！(3) 小麦のことはよくわからないけれど、会社の商品つまり会社を信用して商品を買っているので気にしない、などなど。▲いずれにしてもこれからも、表示違反がないよう、キチンとしたさぬきうどんを作っていきますので、よろしくお願いします。

(Q) 電話の対応、もう少し愛想よくお願いします。ちょっと素っ気ないです。

(A) 返す言葉もありません。次回は担当者の名前をお聞かせ願えれば、皆で電話対応の特訓をしたいと考えています。

2004 社内旅行 DIARY

(((((世界遺産)))))

"熊野古道"を歩きました!

"熊野古道と紀伊山地の霊場と参詣道"が世界遺産に登録された平成16年7月7日から1ヵ月半後の8月21日。私たち社員一同は、一躍有名になった熊野古道の探索の旅に出発。いままでの社内旅行では初めての"山道を歩く"のが目的の旅。険しい山道に苦戦しながらも、荘厳な風景のなかでの参詣歩きは、何かしら快く、心洗われる思い出の旅となりました。

▲歴史を聞き、自然にふれる。そして笑顔と優しい声のガイドさん。ありがとうございました。

▲もうダメ。クタクタです!と中高年。まだまだ元気な若者たち!やはり年齢の差は歴然です。

▲宿泊したホテル前の川原はなんと驚きの川湯。砂利を掘るとそこが温泉になります。

まちがいさがし…

A・Bの絵のなかに3ヶ所の違いがあります。さて?

A

B

※答えは1面左下にあります。

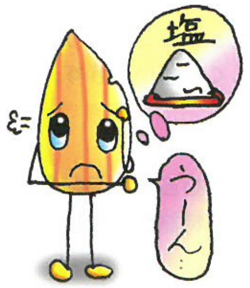
編集後記

うどんと塩とは切っても切れない関係にあります。そしてその「塩」は我々の健康維持には不可欠のものです。しかし、その摂取量については議論が分かれます。実際、お便りの中でも「一日10g未満でなければいけない」とか「好きなだけとればいい」など様々な意見を頂戴しました。ここでは、この問題について少し考えてみたいと思います。

(問題)塩の摂取量はいくらが適量か?

日本人はよく「塩分を摂りすぎ」といわれているけど、本当にそうなのか?正常な腎臓は一日あたり20～30gの塩を問題なく処理できるといいます。「塩の多量摂取は高血圧になる」というのは単なる俗説で、塩の摂取と高血圧の発症との因果関係は明確でないとも言われています。が、「関係ないということ」を証明するのは非常に難しく、また水掛け論的要素も強く、そもそも専門家でない私にはよくわかりません。▲ただ「国民栄養所要量」を見ると、塩の所要量は1979年以来、一日10gが目標値として定められています。それ以前は15～20gが所要量であったことを考えると、これまでは「日本人は塩を摂り過ぎている」と考えられていたのでしょう。現在は平均13g弱で推移しているので、所要量を基準にするとまだまだ多いことになります。▲ただ興味深い事実がひとつあります。塩の最低必要量は1日1g程度であると言われていますが、この根拠となっているのが原始的な生活をしているブラジルのヤノマモ族の塩分摂取量です。彼らは1g程度しか摂取していないにもかかわらず、普通に生活し、高血圧症もなく、そして加齢による血圧上昇もありません。でも、ここが肝心というか不可解なのですが、平均寿命は40～50歳と極端に短いのです。逆に日本は塩分摂取量が多いにもかかわらず、世界一の長寿国です。この事実をどう解釈するか?もちろん塩分摂取量は寿命に影響を及ぼす数多くの要因のひとつにしか過ぎません。▲もしヤノマモ族に最先端の医療を施せば平均寿命が100歳に跳ね上がるかも知れないし、また、日本人の摂取量も10gを切れば、更に寿命が延びて、ダントツの長寿世界一も夢ではないかも知れません。でも現状を考えると「もう少し塩分摂取については大らかに考えてもいいじゃないか」という気も、私にはします。とか言いながら食事のとき、無意識のうちに塩分を気にしている自分(うぅ…情けない)。

けいぞう



Copyright © 2005 FARINA Corporation. All rights reserved.

VOL. 13 ＜2005年：春号＞

よんでみまい

—発行—
FARINA ファリーナ コーポレーション
香川県坂出市高屋町1150-5
TEL 0120-16-4591
FAX 0120-36-4591
http://www.farina.co.jp

Q さぬきうどん、定番メニューはいくつあるでしょう?

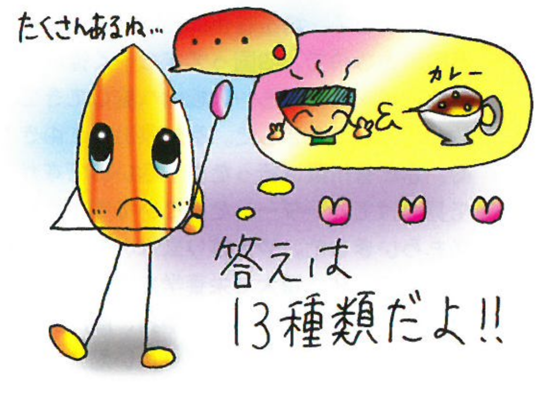
さぬきのうどん屋さん約800店全てを調査する予算も暇もなかったので、とりあえず坂出市内の42店を3時間かけて調査しました(というか四国新聞のHPのデータをまとめただけですけど)。でも、これだけのデータがあれば一般的な傾向を知るには十分です。ベスト20は次の通りで( )内がそのメニューを採用しているお店の数です。

1. かけ・・・(42)	2. ざる・・・(31)
3. 釜あげ・・(27)	4. ぶっかけ・(27)
5. 肉・・・・(25)	6. 湯だめ・・(24)
7. カレー・・(23)	8. しょうゆ・(21)
9. きつね・・(18)	10. わかめ・・(18)
11. 冷し・・・(18)	12. 天ぷら・・(17)
13. 月見・・・(12)	14. 山かけ・・(9)
15. 天釜・・・(9)	16. 鍋焼き・・(8)
17. 釜玉・・・(8)	18. 肉ぶっかけ(6)
19. 天ざる・・(6)	20. お子様・・(5)

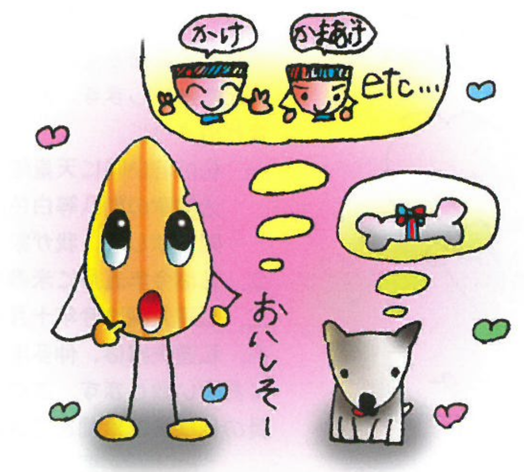
…以下続く

▲根拠はなく全くの独断ですけど、まあ定番といえるのは、少なくとも全体の1/4以上のお店でメニューに入っているものとしました。すると「まあ13位の月見うどんまでかな」という感じです。▲詳しくみてみましょう。一位はかけうどんで、42店舗、つまりどこの店にもあります。当然といえば当然です。県外では素うどんと呼ばれることもありますが、同じものです。温めたうどんにつゆをかけただけ(あと薄いかまぼこ少々)の簡単なうどんですが、うどん屋の実力を知るにはこれが一番です。▲3位が釜あげ、6位が湯だめです。前者はゆでたうどんを水洗いせずにそのまま、ゆで湯と一緒にうどん鉢にとり、後者は一旦玉どりしておいたのを温めます。個人的には、小麦の風味と軟らかい弾力感に富んだ釜あげが大好きです。▲4位のぶっかけうどんは、ゆでたての麺に、ダシをぶっかけて食べます。さぬきうどんの中では比較的新しいメニューです。▲定番メニューからはもれますが、17位の釜玉はうどんブームで一躍有名になりました。玉子を入れてぐにゅぐにゅするだけの簡単なメニューですが、うどん店の中では定番といえるほどには定着していません、というか簡単すぎるのかもしれません。▲ここでときどき耳にする疑問:かけうどんは良心的な価格なのに、一般のメニューになるとなんで高くなるのか?つまり、かけうどんが200円なのに、わかめとかきつねになると350円とか400円になるお店が稀にあります。単純に計算すると油揚げとか、わかめが150円とか200円になります。▲最後に番外ですけど「中華うどん」というメニューもあります。以前お気に入りのお店にもありましたが、どうしても注文する勇気がありませんでした。ある晩、飲み会の帰り道、「チャンスは今しかない」と思いのれんをくぐりました。でてきたうどんは、うどんつゆの代わりにラーメンスープ、というかラーメンスープの中にうどん玉が入っている代物で、味の方はご想像にお任せします。ただその「中華うどん」はそれから程なく、メニューから姿を消しました。

A 答:13種類です。



うどん屋の
はしご重ねる
梅日和
ひとし



☆パズルの答:玄米くんの顔のヒダ・プリティちゃんのまつ毛・シロの首輪の色