

件名【新庄みそ便り】2012ピンクリボンdeカーブに協賛します

～創業80年の広島の味～

『新庄みそ便り』 vol97

2012.5.16

<http://www.shinjyo-miso.co.jp/>

～～みそ料理レシピ、広島ネタ、生活、プレゼント...
"あなたの生活"応援!! ～～

{ } 様

★-----★
毎日の暮らしに役立つ情報を"新庄みそ"よりお届けします！

★-----★

.. *.. +☆. *.. +☆. .

.. *.. +☆. *.. +☆. .

新庄みそNEWSもどうぞ！

新着情報・イベント等随時更新しています。

<http://shinjyo-miso.blogspot.com/>

.. *.. +☆. *.. +☆. .

.. *.. +☆. *.. +☆. .

Today's index-----

■新庄みそからのお知らせ♪ 《2012ピンクリボンdeカーブに協賛します》

■レシピ・おいしいお味噌料理 《ピリカラ肉味噌のレタス包み》

■レシピ・おいしいお味噌料理2 《アジのみそだれどん》

■レシピ・おいしいお味噌汁 《さつまいもとこんにゃくのみそ汁》

■季節の行事情報 《広島 イベント情報》

■知って得するお味噌のはなし 《みそで「乳がん」を防ぐ！》

■今月のお勧め商品はコチラ♪ 《キャップ付からし酢みそ》

■新庄みそからのお知らせ 《2012ピンクリボンdeカーブに協賛します》

2012ブレストケア ピンクリボンキャンペーン☆////

=あなたとあなたの大切な人を乳がんから守るため=

広島東洋カープ球団の全面協力と特別協賛で行われる、
『ピンクリボンdeカープ』

今年2012年は6月10日（日）にMAZDA ZOOM ZOOMスタジアム広島で行われる対オリックス戦にて開催します。
新庄みそはこのイベントに協賛させて頂いております。

乳がんは、大変な勢いで増加しています。

日本では、社会や、家庭で大切な役目を担う、30代から50代の女性たちの死亡原因第一位の疾患です。

乳がん対策の決め手は、早期発見・早期治療です。

しかしながら、日本人女性の8割以上が乳がんの定期検診を受けていません。

ピンクリボンdeキャンペーンでは、下記のイベントを開催し、乳がんの啓発を行っています。

この機会に、自分の健康のこと、もう少し真剣に考えてみませんか？

- 当日、マンモグラフィ体験検診プレゼント

マツダスタジアムへ、マンモグラフィ検診車がやってきます。

協賛金をお支払いの方で、希望者の中から100名を抽選。

当日、一般のお客さまへも希望者へマンモグラフィ検診の割引券を差し上げます。

後日、指定の検診機関で受診してください。

- ピンクリボンコーナー・協賛グッズ販売

ピンクリボンdeカープを記念して、素敵なグッズをご用意しております。

売上は乳がん早期発見のピンクリボン活動に使わせていただきます。

- 乳がんについて学ぶコーナー

ピンクリボンdeカープ 協賛お申込み方法

内野自由席お一人様ご招待、ピンクリボンタオルとお菓子、飲み物など協賛企業からのプレゼント付

1 ピンクリボン協賛は、往復はがき、ホームページからのいずれかでお申込み下さい。

『ピンクリボンdeカープ 協賛』

1. 郵便番号・住所 2. 名前 3. 電話番号・ファックス番号

4. お申し込み数

*申し込みをされる方で、当日マンモグラフィ体験検診をご希望の方は、

5. 『マンモグラフィ体験検診希望』とご記入いただき、受けられる方の1～3、6生年月日を記入して下さい。

(女性30歳以上 抽選で100名 初めて受診される方に限ります。)

2 マンモグラフィ体験検診の抽選結果を5月25日（金）までにこちらから連絡します。

3 協賛金の振込先をご連絡しますので、5月30日（水）までに郵便局からお振込みをお願いします。

4 当日、受領書の半券をピンク色のテントの受付へお持ちください。

内野自由席招待券、ピンクリボンタオルとお菓子、飲み物など協賛企業からのプレゼントと引き換えます。

【注意事項】協賛チケットの払い戻しはできません。
雨天中止の場合、7月6日に同様に交換します。

- お申込み締切 5月21日（月）
- 抽選日 5月22日（火）
- お申込み・お問い合わせ先
〒730-0035
広島市中区本通4-13 ピンクリボン広島実行委員会事務局
tel 082-249-6172
e-mail info@breastcare-h.com
URL <http://breastcare-h.com/>

※新庄みそでの受付は行っておりません。
お申込みは直接ピンクリボン事務局へお願い致します。

■ レシピ・おいしいお味噌料理 《ピリカラ肉味噌のレタス包み》

ピリカラ肉味噌のレタス包み

◎ シャキシャキのレタスがちょっと辛い肉味噌に合います！！ ◎

エネルギー 220kcal
塩分 2.3g

☆ 材料（2人分） ☆

牛ひき肉 100g
しょうが・にんにくのみじん切り 各小さじ2
長ねぎのみじん切り 大さじ1
赤唐がらし 1/2本
ごま油 小さじ2

A
砂糖 小さじ1/2
酒 大さじ1
新庄赤みそ 大さじ2
コチュジャン 小さじ1

ピーマン（赤） 1/8個
長ねぎ 5センチ
レタス 小4枚

☆ 作り方 ☆

- 1 しょうが、にんにく、長ねぎはみじん切りにし、赤唐がらしは水につけてやわらかくになったら小口切りにする。
- 2 Aの調味料を混ぜ合わせておく。
- 3 フライパンにごま油を加え、1を入れ、香りが出てきたら牛肉を加えて炒め、2を加えて全体をよく混ぜ合わせ、

冷ましておく。

4 レタスに3をのせ、赤ピーマン、長ねぎの細切りをのせて器に盛る。

♪ ポイントアドバイス ♪

レタスで包む具は他にきゅうりやもやし、トマトなどもお勧めです。
また酢飯を加えてボリュームを出してもよいでしょう。

■レシピ・おいしいお味噌料理2

《アジのみそだれどん》

アジのみそだれどん

☆ 材料 (4人分) ☆

アジ (刺し身用) 4尾

A

新庄赤みそ 大さじ2と1/2
しょうがみじん切り 1かけ分
ねぎみじん切り 10センチ分
半ずりごま 大さじ1
酒・みりん 各大さじ1
一味唐辛子 少々
だし 大さじ1~2

ご飯 4人分
焼き海苔 2枚
あさつき 1把
しょうが・防風 各適宜

☆ 作り方 ☆

- 1 アジは三枚におろして腹骨をすき取り、皮を頭から尾に向って剥ぎ、細切りにする。
- 2 Aをボウルに合わせて混ぜ、アジを和えて冷蔵庫で冷やす。
- 3 どんぶりに熱いご飯を盛り、もみ海苔をかけ、あさつきを散らし、和えたあじをのせる。針しょうがと防風を添える。

♪ アドバイス ♪

アジのたたきとして切り分けてある市販品を使ってもよいです(^O^)
イワシ、マグロ、サバでも美味♪

このアジの調理法は'なめろう'と呼ばれるものです。
旬の味を使った、今の季節にピッタリのどんぶりです！

■レシピ・おいしいお味噌汁

《さつまいもとこんにゃくのみそ汁》

さつまいもとこんにゃくのみそ汁

☆ 材料 (4人分) ☆

さつまいも 200g
こんにやく 1/2枚
キャベツ 葉1枚
だし カップ3と1/2
新庄あわせみそ 大さじ3
吸い口 粉山椒

☆ 作り方 ☆

- 1 さつまいもは1センチ厚さの輪切りにし、水にさらしてアク抜きする。こんにやくは細切りにして下ゆでする。キャベツは食べやすくちぎる。
- 2 だしでさつまいもとこんにやくを煮て、さつまいもが柔らかくなったら、キャベツを加える。みそを溶き、沸騰直前で火を止める。
- 3 椀に盛り、粉山椒をふる。

■ 季節の行事情報

《広島 イベント情報》

5月中旬～6月中旬に広島で開催されるイベントをご紹介します。
お近くの方や、気になったイベントがありましたら、是非足を運んでみて下さい(^^♪

5月19日 (土) ～20日 (日) 福山ばら祭り
5月26日 (土) 福山鞆の浦弁天島花火大会
5月29日 (土) 広島城メモリアルデー
6月1日 (金) ～3日 (日) とうかさん ゆかたできん祭
6月9日 (土) ～10日 (日) ホームテレビアクティブライフ

■ 知って得するお味噌のはなし

《みそで「乳がん」を防ぐ!》

わが国では毎年3万人以上の女性が乳がんにかかっています。
女性にとって最も多いがんです。

早期発見、早期治療が重要なのはもちろんですが、
「みそ汁の摂取が多いほど乳がんになりにくい」という調査結果があります。
みそ汁や豆腐、納豆などの大豆製品の摂取量と乳がんの発生率の関係を追跡し、
「みそ汁1日一杯以下」の人を1とすると、「1日2杯」の人では0.74、
「1日3杯」の人では0.6の数値で、発生率が減少していることが分かりました。

みそ中のフィト・エストロゲンという植物性の女性ホルモン作用物質が
乳がんの発生を抑制するのに効果的だったと考えられています。
毎日の食卓にみそ汁を1品付け加えてみて下さい!!

また、大豆製品を取る以外に、乳がんを防ぐ食生活のポイントとして
“適正なエネルギー摂取”“アルコールは控えめに”があげられます。
日常生活を見直し、健康に過ごせるよう心がけましょう(^o^)

■今月のお勧め商品はコチラ♪

《キャップ付からし酢みそ》

からし酢みそで、いつもの料理が風味豊かに。
刺し身こんにゃくやサラダに是非。
一足先にさっぱり夏の味をお楽しみ下さい♪

キャップ付容器で使いやすく、小分けに便利です。

「季節の行事情報」として5月中旬から6月のイベントをご紹介
しましたが、広島で最も大きなイベントのひとつといえば『フラワー
フェスティバル』があげられます。

今年、何年か振りに行ってきました。平和大通りが鮮やかに彩られ、
たくさんのお店が並び、多くの人で賑わっていました。特にスペシャル
ゲストの奥田民生さんは見たかったのですが、もうすでに人の山で遠く
からその歌声しか聴くことができませんでした。

これから夏に向けて、この他にも色々なイベントが開催されますので、
みなさん是非足を運んでみて下さい♪

しんちゃん ツイート中 ☆

ツイッターを始めました。

新庄みそのキャラクター『しんちゃん』が、

味噌を使った簡単料理のレシピやお得な情報を続々とご紹介中。

アカウント [shinjyo_miso](#)

★最後までお読みくださり、ありがとうございました★

☆新庄みそからのお便りは、毎月1回第3水曜日に配信予定です。
等幅フォントで最適にご覧いただけます。

『新庄みそ便り』 2012/5/16号
発行人 山本 弘樹 担当 山本 ・ 田村

このメールマガジンは、弊社にてお買い物をされたお客さまや、
プレゼントにご応募されたお客様にお届けしております。

今後はこのようなお知らせメールが不要な場合には、
お手数ですが下記メールアドレスまでお知らせくださいませ。

merumaga@shinjyo-miso.co.jp

▼メールアドレスの変更・解除手続きは、下記ページのお問合せ
フォームからも可能です。

<http://www.shinjyo-miso.co.jp/contact.html>

□■□ 新庄みそ株式会社
□■ 広島市西区三篠 3 丁目12-23
□ TEL:082 (237) 2101(代) FAX:082 (509) 0017
MAIL info@shinjyo-miso.co.jp
