

こしき沢接骨院便り

2015年
7月5日



いよいよ夏到来! 夏バテに気を付けて
楽しい夏を過ごしましょう!

一人ひとりの患者さんに真剣に対応するため、
予約制とさせて頂いております。
ご予約はお電話で!

こしき沢接骨院 長岡市渡場町1-15

院長: 飯澤幸一

TEL: 0258-27-5642

HP: <http://www.kksekkotsu.com/>

実はうなぎは低カロリー



特に女性に低カロリーが気になるので、うなぎ、ていうと「カロリー高そう」「脂質が多そう」と思われるのですが、実は意外と低カロリーなんです。大きさにもよりますが、通常の串を打った蒲焼き1串が100gとすると約293kcalです。

和牛サーロインステーキが100gで498kcal。とんかつ100gが344kcal、それにくらべたらかなり低カロリーですね。それと油、このイメージのうなぎの脂質はD.H.A。血液サラサラ成分なんです。

ビタミンも
豊富
ユラギンも
たっぷり!





花火の“尺玉”ってどんなサイズ？

いよいよ花火の季節がやってきましたね。ところでよく聞く花火の3尺玉とか4尺玉とか、ってどれくらいの大きさなのかわかりますか？
尺貫法に慣れている人はともかく、cmとmでないといけない人も多いと思います。日本の花火のサイズは尺貫法の寸(約3.3cm)を基準とします。小は2寸玉(直径6cm)〜8寸大は3尺、4尺(約121cm)くらいまであります。ちなみに尺玉(直径30cm)ともなると東京タワーとほぼ同じ330mまで打ち上げられ、直径約320mにも広がる巨大な花火となります。
3尺玉ともなると上空600mに達し、直径は550m、4尺玉なら地上800m、直径800mなんて規模になります。下から見上げると大きいのはわかりますが、数字で見るとさらにビックリしますね。



サイダーとラムネの違い

夏になると思い出ずのがラムネ。あのビー玉がはいった個性的な形のビンを見ると、あ〜夏が来たなあと思います。
ところでみなさん、サイダーとラムネの違いってわかりませんか？
どうでもいいって言われればそれまでですが、モヤモヤしている方もおられるかもしれないので、白黒はっきりつけましょう。
ズバリ、ラムネはレモネード(Lemonade)が元々、元々のもので、レモン味の炭酸飲料のことで、サイダーはリンゴ酒のシードル(Cidre)が語源とされ、リンゴ味の炭酸飲料でした。
ですが、長い年月のあいだに2つの境目があいまいになり、今では容器の違いで区別されるのみになっています。

