

広州レポート

第3回 食べ過ぎたら 上火(シャンホー)するよ!



外務省
在広州日本国
総領事館
副領事
川口佐智
(西条市より派遣)

広州に暑さと湿気の季節がやってくると、スーパーや市場、路上に南国フルーツが溢れます。マンゴー、パパイヤ、ドラゴンフルーツ、マンゴスチン、果物の王様ドリアンなど、日本では食べたことがないものばかりです。電車や飛行機に「ドリアン禁止」のマークがあるほど臭いので、去年の夏はスーパーの果物コーナーにあまり近づきませんでした。今年は慣れたのか気になりません。

6～7月はあちこちでライチ狩りも開催されます。採りたての生ライチは、この時期の広州でしか食べられない果物です。

生のライチはきれいな薄紅色で、皮が柔らかく、簡単に手でむけます。甘くてとてもおいしいのですが、「一粒荔枝三把火(一粒のライチは3つの火と同じ)」ということわざがあるほど、身体を温める効果があり、食べ過ぎると頭痛や喉の痛み、鼻血を出したりするそうです。

そこで、この上火対策として、一緒に塩水や体温を下げるお茶を飲んだりするそうです。そうまでしても食べなくなる、この時期だけのおいしさ。生ライチを食べる機会がありましたら、塩水を飲みながらお召し上がりください。

※上火(中国語)：身体が熱くなり過ぎて頭が痛くなったり、喉が痛くなったり、吹き出物が出たりする症状



▲ 独特な香りを放つドリアン



▲ 色鮮やかなライチ

▼人口のうごき

人口	113,942人 (-84人)	平成25年6月末日現在 住民基本台帳登録数 ()内は前月比
男	54,762人 (-55人)	
女	59,180人 (-29人)	
世帯	49,496世帯(+5世帯)	

▼テレホンサービス

■ 市政だより	■ 災害情報
0897-53-1500 (常時)	0897-55-5551 (発生時)
■ 当番病医院	
0897-58-2200 (常時)	

西条バードウォッチング

Saijo Bird Watching

No.96 ハリオシギ (旅鳥)

全長25cm、シベリア東北部で繁殖し、東南アジアで越冬、日本には春と秋の渡りの季節に農耕地などへ稀に飛来します。よく似たチュウジシギ、オオジシギとの野外での識別は困難ですが、見つけた時の喜びはまた格別。西条では8月中旬ごろから水田地帯の畦でミミズなどを捕食しているところが見られます。



撮影：十亀茂樹

広告欄

広告欄

食卓に安心を  **和牛専門**

TAJIMA

西条市氷見 とうしょく氷見店内 ☎0897-57-7071
西条市丹原町とうしょく丹原店内 ☎0898-68-0040

くらしのおうえんたい

毎月10日はとうしょくの日

店内全品10%引き

(一部除外品もあります)

とうしょく氷見店 TEL0897-57-7157
とうしょく丹原店 TEL0898-68-3240

