



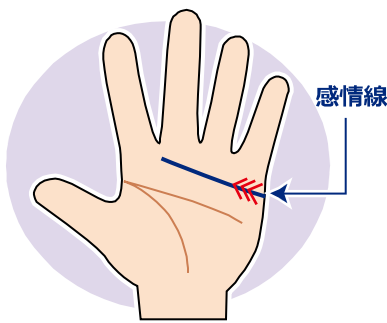
# あなたの運気がよくわかる！ 今月の「手相」

## 感情線に現れる2つの「ユーモア線」

ユーモアのある人は会話が上手で場を盛り上げる方が多いですね。そこで今回は、このユーモアセンスを表す「ユーモア線」をご紹介します。似ている線に「お見通し線」もありますので間違えないようにしてくださいね。

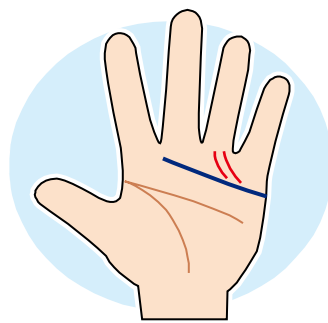
### ユーモア線①

1つ目は、感情線上の小指の下に現れる「くの字形」の線です。この線が多い人ほど、ユーモアセンスにあふれています。



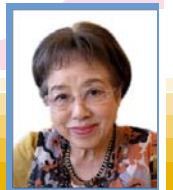
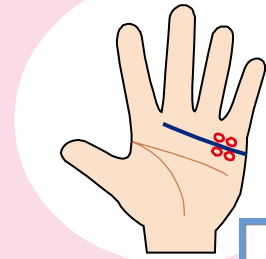
### ユーモア線②

2つ目は、感情線の小指の下あたりから薬指に向かって斜めに伸びている線です。この線がクッキリ出ている人ほど、明るく陽気な性格と言われています。



### ユーモア線と間違えやすい「お見通し線」とは？

感情線の小指側に小さな丸が現れるのが「お見通し線」です。この線がある人は洞察力や観察力に優れているため、人の心を見通す力があります。



芸人の明石家さんまさんにはユーモア線が6本もあるそうですよ(笑) さすがですね！

監修/ 手相鑑定士 白井洋子先生

まごわ やさしい

## 食材を使ったレシピ



### きのこほたての アヒージョ風ホイル焼き

■ 栄養価(1人分)

- 食物繊維 3.6g
- エネルギー 128kcal
- 塩分 0.8g

■ 材料(2人分)

- ベビーほたて ……6個
- しめじ ……1パック
- エリンギ ……2~3本
- マッシュルーム ……6個
- オリーブオイル ……小さじ4
- にんにく ……大1かけ
- 唐辛子・塩・こしょう ……各少々

■ 作り方

- 1 しめじは石づきをとってほぐす。エリンギは縦に薄切りにする。マッシュルームは半分に切る。にんにくはスライスする。
- 2 25cm×30cm位の大きさのアルミ箔を2枚用意し、それぞれにほたてと1を半量ずつのせ、オリーブオイルを小さじ2杯ずつ回しかける。さらに、輪切りにした唐辛子をのせ、塩、こしょうをふって包む。
- 3 オープントースター(または魚焼きグリル)で10~15分ほど焼き、火が通ったら皿にのせる。

このコーナーでは“歯に良い食材”を使ったお料理レシピをご紹介します！  
歯に良い食材の頭文字をつなげると  
「ま(まめ)=豆類」「ご(ごま)=種実類」  
「わ(わかめ)=海藻類」「や(やさい)=野菜」  
「さ(さかな)=魚介類」  
「し(しいたけ)=きのこ類」  
「い(いも)=いも類」になります。  
ぜひ、皆さんも覚えて下さいね。



### ワンポイント

今回は「し(しいたけ)」=きのこ類を使ったレシピです。きのこは食物繊維が豊富でカロリーが低いヘルシーな食材です。今回は旨み成分たっぷりのほたてを組み合わせることで、薄味でも満足感のある味わいに仕上げました。ほたての代わりに、えびやいか、白身魚でも美味しく作ることができます。