

快適生活 NO.37

夏休みのお出かけスポット

昭和レトロビールde電車(京阪大津線)



完全予約制のイベント列車。電車に揺られながらビールを飲んで食べて楽しく大人の夏休みを過ごしましょう。

7/2~9/5

浜大津 18:24 発 坂本 石山寺 浜大津 20:04 着
生ビール飲み放題
酎ハイ・お茶・おつまみ・駄菓子など用意!!
持ち込み自由 1人 ¥3,000
予約電話 077-524-3786

びわ湖 箱館山 ゆり園



ゴンドラで行く関西最大のゆり園です。約200万輪のゆりと奥琵琶湖の雄大な景色を楽しみましょう。

7/3~8/22

9:00~17:00

大人 ¥1,800 小人 ¥900

高島市今津町(箱館山 スキー場内)

花粉は服につくと取れないので注意!!

企画展 はたらく自動車 ~トヨタ博物館

7/17~9/26 9:30~17:00

大人 ¥1,000 中高生 ¥600 小人 ¥400

夏休み期間中小学生の入館無料

水口センチュリーホテル・レストランあすなろ

スペシャルサマーフェア「オーダーディナーバイキング」
7/24~8/15 開催 17:00~21:00

47都道府県各地の名産、郷土料理をアレンジしたオリジナル料理が楽しめます。どれだけオーダーしてもOK!
テーブルで注文できるオーダーバイキング
大人 ¥2,800 小学生 ¥1,500

彦根七夕まつり・彦根ばやし総おどり大会



8/4~8/10
色とりどりのカラフルな七夕飾りで町中が彩られます。
いろいろなイベントも開催されます。

彦根ばやし総おどり大会は8/8 17:00~21:00
今年で48回目となります。イベントや屋台村などが催されます。

ひこね万灯流し



8/6 18:00~21:00
芹橋から後三条橋間の芹川堤で行われます。当日はアトラクションや子供さんへの光のうで輪プレゼント(先着順)

大抽選会などもあります。
灯ろうは1個 ¥1,000 当日でもOKです。

コトナリエサマーフェスタ2010



8/7~8/15
今年で7回目の開催になります。使用する電力や花火、食器類などエコに取り組むイベントです。初日の7日はオープニングイベントとしてステージやバザー、約1000発の打ち上げ花火などのイベントが行われます。

7日 16:00~21:30 (イルミネーション 19:00~21:30)

他の日 19:00~21:30

7日は入場時に運営協力金 300円をお願いします。

大津サマーフェスタ2010

8/2・8/3 18:00~21:00

大津港マリナーで開催

ランタンなどでライトアップされた大津港でジャズライブを中心ににぎわい市や花火が打ち上げられます。

水とロマンの祭典

8/8 9:00~15:00 尾上漁港一帯

今年で25回目を迎える湖北の夏のイベントです。たくさん模擬店やフリーマーケットも出店されます。魚つかみ、すいか割り、流しそうめん、ライブイベントなどがあります。

JR西日本 夏休みポケモンスタンプラリー2010

7/17~8/31

JR西日本がポケットモンスターとコラボしたスタンプラリーを開催!今年「関西エリアコース」と「新幹線・特急コース」があります。

参加方法は・・・



JR西日本の主な駅にあるパンフレットを入手します。
ポケモンのスタンプ駅から2つのスタンプを押します。

ゴール駅の1つを押して合計3つスタンプ(異なる駅)を押すとポケモンクリアファイルがもらえます。デザインはゴール駅ごとに違い2回目以降はステッカーもプレゼント!!

ポケモンスタンプ駅

滋賀県 大津、膳所、石山、草津、野洲、近江八幡、彦根、長浜、近江舞子

京都府 京都、宇治、丹波口、花園

大阪府 大阪、高槻、京橋、弁天町、天王寺、長居、鳳、あと兵庫県、奈良県、和歌山県もあります。

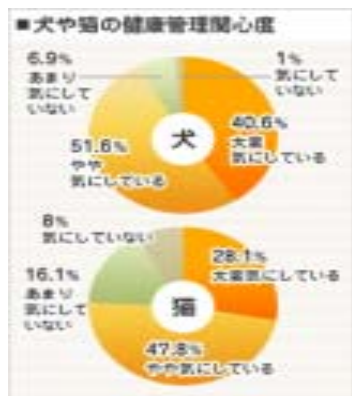
ゴール駅

京都、大阪、天王寺、三ノ宮
大人の参加の方も多いそうです。

愛犬家住宅



※ ペットフード工業会
2006年第14回犬猫飼育実態全国調査
(8人以上世帯抜粋)



※ ペットフード工業会
2006年第14回犬猫飼育実態全国調査(抜粋)

愛犬家住宅とは

国内の犬の飼育頭数が1,310万頭を超えておよそ4世帯に1世帯が犬を飼っていますが犬との暮らしは「ペット」から家族の一員としての暮らし方に変化してきています。しかし一方では室内飼いにすることでその環境が人には住みやすい家も愛犬にとっては危険と負担がいっぱいです。

滑りやすい床で足腰に負担がかかってなりやすい間接疾患などの病気、キッチンなどは愛犬にとっては危険なものがある場所などがあります。

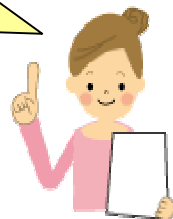
住む人と愛犬がみんなで快適に過ごせる家づくりが必要です。

そこで愛犬の特質を理解し愛犬と飼い主が「安心、安全、快適」に暮らすために、プランニングや建材、設備に工夫がされた家を愛犬家住宅といえます。



ペットも高齢化してきていますが家の犬もミニチュアダックスを飼って10年になります。今年になって突然、歩けなくなり慌てて病院へ連れていったらヘルニアでした。手術をしてもらって元気になりましたが今思えば床を思いっきり走っていて滑っていたり思い当たることはあります。家族の一員として年老いてからの住を快適にしてあげたいです。

愛犬家住宅アドバイザーの資格を認定されました。愛犬アドバイザーというのは飼い主さんに対して愛犬住宅についての基本的な情報提供をさせていただけます。お困りのことがありましたらご相談下さい。愛犬住宅について書いてる小冊子がありますのでご希望の方はご連絡下さい。



シャッターガード



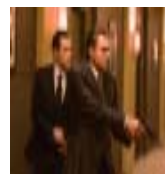
お得意様に教えていただいた情報です。最近の気候変動の影響が思わぬ大雪や台風の強い風などで車庫や店舗のシャッターを破壊されることが多くなってきています。一度壊れたら修理に大金がかかり経済的にも大きな痛手です。

そうならないようにこのシャッターガードはいかがでしょうか？女性でも操作できるくらい軽いアルミ製で軽量シャッターならこの1本を高さ1mほどのところの取り付ければ雪の重みや強風の風圧にも耐えてシャッターをガードします。これから台風が来る季節になりますが今年は大雨が降ったり猛暑だったりでどんな台風がくるか心配です。うちもシャッターは大きいので気をつけないと……
情報ありがとうございます。

夏休み映画特集



- トイ・ストーリー3 7/10
子供が見たそうですがかなりよかったです(3D)
借りぐらしのアリエッティ 7/17
スタジオジブリの新作です。
- 劇場版ポケットモンスター 7/10
ハナミズキ 8/21
踊る大捜査線 THE MOVIE 7/3
インセプション 7/23



- 人の一番無防備になる状態の「夢」を見ている時に潜在意識の奥底まで潜り込み他人のアイデアを盗み出す。
魔法使いの弟子 8/13
現代のニューヨークを舞台に800年にもわたって繰り返されてきた魔法大戦争が勃発。ニコラス・ケイジ主演



- ソルト 7/31
スパイ容疑をかけられたCIAエージェント。容疑をはらすために1人で真相を突き止めようとする。
アンジェリーナ・ジョリー主演
他にもたくさん映画があります。



夏の暑い日は食欲もなくなってしまいます。最近我が家ではこの暑さの為、冷しうどんが流行っています。うどんは良いうどんではなく冷凍うどんがおいしくて手軽で冷凍庫にいつも入っています。

我が家では大根おろしと天かすをのせて食べるぶっかけうどんが流行ですが他にもこんな食べ方があります。



ツナおろし冷しうどん



大根おろし、しょうが(おろす)、ツナはマヨネーズとあえる
ネギは刻む、白ゴマ、刻みのり
うどんに上の材料をのせてめんつゆをかける(ポン酢を入れるとさっぱり!)



キムチ納豆ぶっかけ

納豆、キムチ、きゅうり、ネギ、いりごま
うどんに納豆ときゅうりとキムチを混ぜたものをのせてネギ、ごまをかける。



梅おろし冷しうどん

大根おろし、梅干(種を取り潰しておく)、きゅうり、白ゴマ、刻みのり、大葉
うどんに千切りにしたきゅうりをのせる。



お手軽ひやしうどん

卵黄、桜えび、ネギ、いりごま、かつお節
うどんに上の材料をのせる(大葉をのせてもOK)



薬味たっぷり冷しうどん

温泉卵、プチトマト、ネギ、大葉(千切り)、かいわれ、みょうが(千切り)
わさび、しょうが、うめ、ゆず胡椒などはお好みで!!

夏バテのツボ療法

夏バテによるだるさ

湧泉(ゆうせん)・・・押すと元気が湧いてくるというツボです。
夏バテにより疲れていて全身がだるく、元気がでないときに効くツボです
場所・・・足の裏の土踏まずからやや指よりで指を曲げた
時にできるくぼみの中にあります。
手技・・・押し方のコツは親指やペンをツボに当て痛くなる
まで押しつづけます。



Flower カンナ(Canna) (カンナはグラジオラスに似ています)



夏から秋にかけて色鮮やかな独特の花を咲かせる半耐寒性多年草。日本には江戸初期に渡来し日本全国に広がりました。草丈は50~250cmで花を觀賞するハナカンナと食用のシヨクヨウカンナがあります。



カンナ



グラジオラス

カンナとグラジオラスとの違い

- ・葉幅がグラジオラスは狭いのに対しカンナは広い。
- ・葉色はグラジオラスは緑色に対しカンナは緑色以外にも鑑賞植物としても通用する美しい葉色・模様を持ちます。
- ・花の付き方はグラジオラスは花穂が一行に付くのに対しカンナはどちらかという固まって咲かせます。
- ・花色ではグラジオラスは黒以外の殆どのあるのに対してカンナは青や紫などの花色は見かけません。

LUSH

LUSH というものをご存知でしょうか？私は知らなかったのですが子供に聞いて欲しいということなので買いに行きました。

ラッシュとは英国生まれのフレッシュハンドメイドコスメです。約 200 種類以上のスキンケア製品、ヘアケア製品、ソープ、入浴料などがあります。



チーズのように山積みになったソープなどを店頭で量り売りしています。この商品は肌への負担を考慮して保存料の使用を最小限にとどめてあるので製造年月日と使用期限をラベルに明記されています。とにかくとてもいい香りがしていて種類もたくさんあり迷いました。(これだけ買いました)
ソープにしては少し値段は高めです。
滋賀県ではイオンモール草津店にあります。

ソープの人気ランキング

1位



ママのキッチン
プリンソープ 100g ¥800

2位



みつばちマーチ
100g ¥480

3位



アイシングブルー
100g ¥580



熱中症



熱中症とは

人間の体は皮膚からの放熱や発汗によって体温を下げますが外気が皮膚温度以上の時や温度が非常に高いと放熱や発汗ができにくくなり熱中症を起こします。

熱中症の起こりやすい時

熱中症の発生は例年、梅雨入り前の5月頃から始まり梅雨明けの7月中旬から8月上旬に多発する。

午前10時から12時の急激に気温が変化する時

気温がそれほど高くなくても湿度が高い時（例 気温 20度 湿度 80%）など

熱中症の症状

熱失神

皮膚血管の拡張によって血圧が低下し、脳血流が減少しておこるもの、めまい、失神など。顔面蒼白となって脈は速くて弱くなる。

熱疲労

脱水による症状で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気などがみられる。

救急処置

涼しい場所に運び衣服をゆるめて寝かせ水分を補給すれば通常は回復します。足を高くし手足を抹消から中心部に向けてマッサージするのも有効です。吐き気や嘔吐などで水分が補給できない場合には病院に運び点滴を受けましょう。

熱けいれん

大量に汗をかいたときに水だけしか補給しなかったため、血液の塩分濃度が低下して足、腕、腹部の筋肉に痛みをともなったけいれんがおこる。

救急処置

生理食塩水(0.9%)を補給すれば通常回復します。



熱射病

体温の上昇によって中枢機能に異常をきたした状態。意識障害(反応が鈍い、言動がおかしい、意識がない)がおこり死亡率が高い。



救急処置

死の危険のある緊急事態です。体を冷しながら集中治療のできる病院へ一刻も早く運ぶ必要があります。いかに早く体温を下げて意識を回復させるかが予後を左右するので現場での処置が必要です。体温を下げるには水をかけたり濡れタオルを当てて扇ぐ方法、くび、わきの下、足の付け根など太い血管のある部分に氷やアイスパックをあてる方法が効果的です。循環が悪い場合は足を高くしマッサージをします。症状としては、意識の状態と体温が重要です。意識障害は軽いこともありますが、応答が鈍い、言動がおかしいなど少しでも異常がみられる時には重症と考慮して処置しましょう。

三井アウトレットパーク滋賀竜王



アウトレットパーク滋賀竜王に行ってきました。平日の開店と同時ぐらいの時間に行ったのにすでにたくさんの方が来ていました。でも、中はそんなに混雑しているわけではなく買い物はしやすかったです。お昼時でしたが飲食店はどのお店も行列で断念しました。

駐車場でちょっと変わった物を発見！！電気自動車の充電スタンドです。電気自動車って走っているんですね。あとはベビーカーのレンタルもありペットと一緒にこられている人もいてペットと一緒に入店可能なお店もあります。

営業時間 ショップ 10時～20時

レストラン 11時～21時

出かけて見てください。 渋滞に注意！！



〒522-0341

滋賀県犬上郡多賀町多賀1522-1

島崎工務

TEL 0749-48-0077

FAX 0749-48-0112

ホームページ <http://www.shimazakikoumu.com>

E-mail sima0077@leto.eonet.ne.jp

Letter mail yumi-letter@docomo.ne.jp



ご興味のない方は配信を中止させていただきますのでyumi-letter@docomo.ne.jpかFAXの方へ名前だけでも結構です。ご連絡をお願いします。