

快適生活 NO.57



ホタル観賞スポット

滋賀

第 29 回天の川ほたるまつり

6/8~6/17 20時~21時頃

米原市長岡

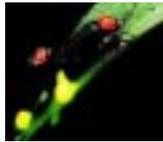


守山市民運動公園内ホタルの森資料館横のほたる川

5/25~6/10 20時30分~22時

甲賀市 大島神社・太鼓橋付近の大橋川

5月下旬~6月上旬 19時~21時頃



京都

高雄の清滝川流域

6月上旬~7月上旬 20時~21時頃

宇治市植物園(ほたるナイター開園)

5/26~6/17 21時30分まで

京都府立けいはんな記念公園

5/26~6/17 16時~21時

哲学の道

6月上旬~6月中旬

宝ヶ池 椿の道

6月上旬~6月中旬頃

貴船

6月中旬~7月上旬

川床からゲンジボタルを楽しみましょう



大阪

新梅田シティ・中自然の森

6/1~6/10 日没~22時

蛍の夕べ(万博公園内 日本庭園西地区)

6/1~6/10 21時30分まで

西河原公園 ホタルの鑑賞会

6/10~6/12 19時30分~21時30分



春キャベツと豚のミルフィーユ煮込み



作り方

圧力鍋にキャベツ 豚肉 キャベツ 豚肉の順番で並べていきます。

のキャベツの周りにくし切りにした玉ねぎと輪切りにしたにんじんを並べます。

に の材料をすべて入れます。蓋をして強火で加熱します。

沸騰してピンが上がったら弱火にして10分加熱をして火を止めます。

ピンが下がるまで放置し下がったら塩・こしょうで味を整えます。

ポイント

出来上がった時に煮込みが足りずシャバシャバしていたら蓋をせず5分通常通り煮込んでください。

材料(2人分)	
春キャベツ	3枚
豚肉	160g
にんじん	2/3本
玉ねぎ	1個
トマト缶	1缶
水	100ml
コンソメ	小1
赤ワイン	大3
ソース	大1
(お好み焼き・ウスター等)	
塩・こしょう	少々

【金星の太陽面通過】

5月の金環日食は見ましたか？

お天気が心配だったのですがよく見えて感動！！しました。

金環日食に引き続き6月にも世紀の天体ショーがあります。

「金星の太陽面通過」です。

2004年6月8日、日本では130年ぶり世界的にも122年ぶりに金星が太陽面を横切る現象がありました。全国的にお天気が悪かったようです。

それから8年がたち2012年6月6日、21世紀では最後の「金星の太陽面通過」を迎えます。

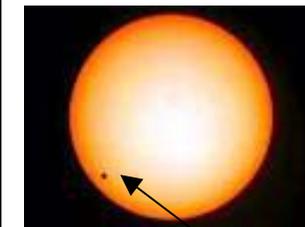
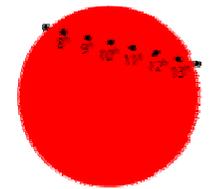
今、生きている人々にとって人生最後の観測のチャンスです。

次回は105年後 2117年12月11日まで起こりません。

太陽面をどのように通過するのか？

2012年6月6日、午前7時すぎに太陽面を横切り始め6時間半以上かけて太陽面を移動していきます。

午後2時前に太陽面から出ていきます。



金星

位置は違いますがこんな風に見えるそうです。

ご奉仕企画

最安32%！！

ご奉仕企画 第一弾の網戸キャンペーンにはたくさんのご連絡ありがとうございました。第二弾として『あなたに代わってお掃除するトイレ』のアラウーノのキャンペーンを行いたいと思います。

トイレの便器 (Panasonic) アラウーノ

価格 ¥199,500 ⇒ ¥65,000

トイレのリフォームをお考えの方はお気軽にご相談下さい。



アラウーノの特長

汚れがつきにくいから掃除が楽になる

「有機ガラス系新素材」

汚れをはじき水あかがつきにくく掃除の手間が省けます。水あかがついた場合でも表面に固着せず簡単に落とせます。

スキマレス設計

便座と便座の間など汚れがたまりやすいスキマをなくし便ふたと便器のスキマはわずか5mm、便座と便器は完全一体成形です。

「泡」と「水流」でお掃除します

「激落ちバブル」・2種類の泡がすみずみまで2度洗い

直径5mmの泡で大きな汚れを落とし、次に直径60μmの洗剤入りの泡で残っている汚れも落とします。

市販の台所用洗剤を入れるだけ！！

「スパイラル水流」・・・渦巻状の水流

回転しながら勢いよく水を流します。それにより少ない量でもしっかり便器を洗浄します。

少ない量でキレイに流す

「3Dツイスター水流」

回転しながら長時間(20秒間)洗い流れの方向を変え一気に流しきります。考え抜かれた水流コントロール形状によって無駄の少ない流れを作り出す。

「センサー付きターントラップ技術」

センサーが流量を感知して適切なタイミングで排水し少ない水の量で力強く流すことができます。

トイレのリフォーム

トイレは1日に何度も使う場所だけに清潔で使いやすい空間にしたいものです。最近の便器は便利な機能もたくさんあり便利に使えるようになってきました。トイレのリフォームのポイントをまとめてみました。

トイレのバリアフリー化

トイレの出入り口は高齢者のことを考えてバリアフリーにします。そうすると車いすでも楽に出入りできます。また、出入り口やトイレ内の広さにある程度ゆとりを持たせておくと介護が必要になった場合にも対応できます。

手すりの設置

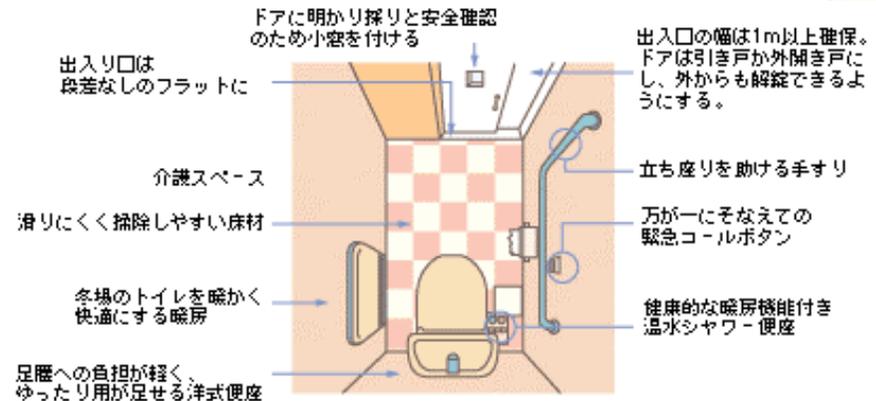
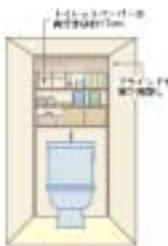
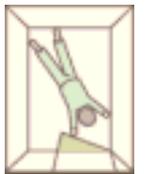
トイレを自立して行うことは人間の尊厳を守るための重要なポイントになります。手すりがあることでつたえ歩きして自分で用が足せるお年寄りも多いそうです。動かないことで筋力が低下し寝たきりになってしまわないようできる限り自立して排泄できるような配慮を施しておきましょう。

トイレのドアの開き方

最近は高齢者が多くなってきたこともありドアの開け方も考えられるようになってきました。内開きのお家も多くありますが中で倒れた場合のことを考えて外開きにする方も増えています。トイレは廊下に面していることが多く、人の動線を考えると少し不便かもしれませんが・・・最も省スペースでいざというときに安心なのは引き戸です。右の図のような場合中で人が倒れていたらドアが開きません。

トイレの収納

トイレに収納するのは狭い場所なので前後に重ねて収納すると出し入れがしにくいので奥行は浅く高さを高くとる方が便利です。壁の厚みを利用して施工時に棚を埋め込みにする方法もあります。

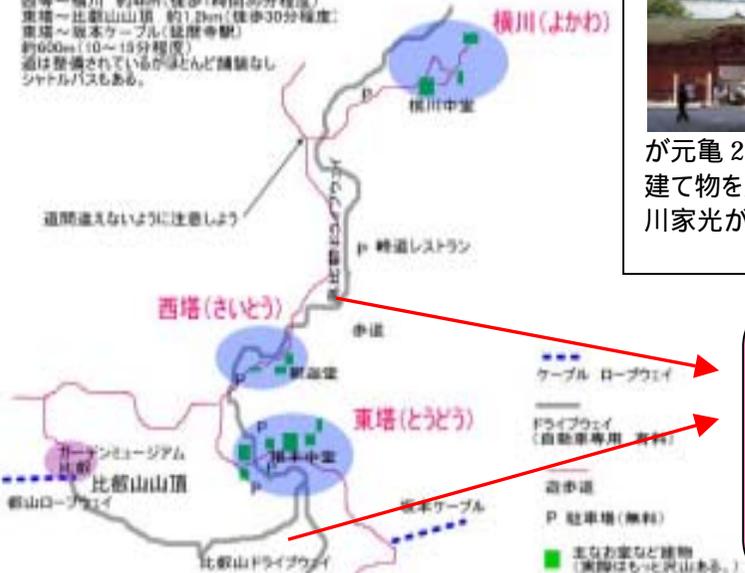


今月のお出かけ

比叡山 延暦寺



東塔～西塔 約1km(徒歩20分程度)
西塔～横川 約4km(徒歩1時間30分程度)
東塔～比叡山山頂 約1.2km(徒歩30分程度)
東塔～根本ケーブル(延暦寺駅)
約600m(10～15分程度)
道は整備されているがほとんど舗装なし
シャトルバスもある。



比叡山には延暦寺という建物はなく、比叡山そのものが延暦寺を表しています。その地域は広大で、標高 848mの比叡山の山中に数百の建物があり東塔・西塔・横川の三地域に分かれます。

延暦寺は今からおよそ 1200 年前、伝教大師最澄が京の都の東北である鬼門を護り万民の農楽を祈って根本中堂に「不滅の法灯」を掲げ、以来幾万の高徳名僧が三塔(東塔・西塔・横川)十六谷の三千の堂舎にこもって血のにじむ修業を重ねてきた霊山です。

東塔の中心となる根本中堂は延暦 7 年(788)最澄がこの地に草庵を結んだ場所とされます。その後、延暦寺は天台宗の総本山として隆盛を極め、法然、親鸞、日蓮、栄西、道元などの各宗派の開祖がこの寺で学びました。

やがてその強大な力を恐れた織田信長が元亀 2 年(1571)全山を焼き討ちにし、延暦寺は大半の建て物を失いました。現在の建物は寛永 19 年(1642)に徳川家光が復興したものです。



注意！！

交通アクセス

名神高速道路(京都東IC) 西大津バイパス(R161) 山中越え 比叡山ドライブウェイ 横川までは奥比叡ドライブウェイを通る道を使ったのですが何と！！往復で¥3,120でした。坂道注意！！ 階段や坂道が多く・・・日頃の運動不足のせいでちょっときつかったです。

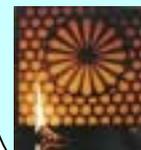
「不滅の法灯」

不滅の法灯とは最澄が本尊 薬師寺如来像の御前に「人の心のともし火となる」ことを願って献灯された法灯です。

1200 年間、毎日 菜種油を注ぎ続けられ一度も消えることなく輝き続けていると言われています。

実際は信長の焼き討ちにより一旦は途絶えましたが山形県の立石寺の分灯されていた法灯を移し引き続き法灯を守り続けています。

「油断大敵」の語源にもなっていて菜種油を足して法灯を守っているが万が一、油を断れば世界は闇に包まれる。油断は大敵だということからきているそうです。



東塔の法華総持院の前には水琴窟があり独特のきれいな音が聞こえます。一度、聞いてみたかったので感動！！です。



龍安寺

宝徳 2 年(1450 年)室町幕府管領の細川勝元が創設した臨済宗妙心寺派の寺院。細川家の守護神「石清水八幡宮」のある男山より飛来した神龍の安息所として龍安寺と名づけられました。



石庭



見る人がそれぞれに自由に解釈すればよくそれがこの石庭の最大の魅力です。この庭は 15 の石が東から西へ 5・2・3・2・3 で配置されていることから「七・五・三の庭」とも石の配列の妙から「虎の子渡しの庭」とも呼ばれています。どの位置から見ても一度にすべての石を見ることができない不思議な造りです。

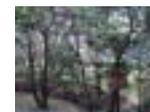
名高い石庭は正式には「方丈庭園」といいます。幅 25m、奥行き 10mの長方形に白砂を敷き詰め 15 個の石を配した古山水の平庭。白砂は水を、石組みは山容溪流を表し三方を築地塀で囲み樹木を背景にしています。作者や作庭年代は不詳であるなど謎が多い。禅の境地を表現したものといわれますが解釈は見る人に任されています。

見所



知足の蹲踞

方丈の北には水戸光圀が寄進したといわれる銭形のつくばいがあります。このつくばいはレプリカで実物は非公開。



鏡容池

静かな湖面が鏡のように木々を映す鏡容池。平安時代には貴族が船を浮かべて遊んだという記録もあります。



佗助椿(わびすけつばき)

秀吉が賞賛したと伝わる日本最古の佗助椿があります。見頃は 2 月上旬～3 月末

節電

関西電力は今夏の電力不足に対応するため家庭や企業に対して2010年の夏に比べて15%以上の節電を要請することが発表されました。

7月2日～9月7日の平日 9時～20時の間、15%以上の節電特に需要の多い13時～16時を重点的に節電。

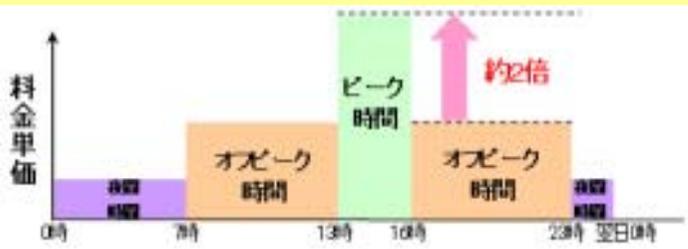
【季時別電灯PS】

家庭の節電を促すため新たな料金プランを設定し7月1日から適用される予定です。

電力需要のピーク時の電気料金を高くする一方、夜間は安く、料金格差を過去最高の約6倍に引き上げます。希望者が加入する選択制。

夏のピーク時に対応する「ピーク時間」とそれ以外の「オフピーク時間」「夜間時間」に時間帯を区別して「ピーク時間」からの電気の使用をシフトすることで電気料金を削減できる料金メニューです。

【料金単価イメージ】 夏季（毎年7/1～9/30までの期間）平日



《電力使用料 (1kw 時)》

ピーク時間	52.82 円
オフピーク時間 (使用量に応じて)	20.62～27.94 円
夜間	8.19 円

時間帯別使用量が分かるメーターが必要で希望すれば無料で取り付けてもらえます。



節電トライアル

2012年7月分～9月分の電気使用量の合計(kWh)を2011年7月分～9月分の合計(kWh)と比較して削減率に応じてQUOカードがもらえます。

A
コース



2012年7月分～9月分の電気ご使用量の合計(kWh)を、2011年7月分～9月分の合計(kWh)と比較し、削減率に応じてQUOカードを進呈いたします。

- 15%以上削減 ⇒1,500円分
- 10%以上15%未満削減⇒1,000円分
- 5%以上10%未満削減⇒500円分

削減率が5%に満たない場合でも、抽選^{※1}でQUOカード500円分を進呈いたします。

B
コース

ご転宅等により、前年同月分の電気ご使用量と比較ができない^{※2}場合は、抽選^{※1}でQUOカード500円分を進呈いたします。

- 1 Aコース・Bコースあわせて1000名様
- 2 2011年6月以降にお客様番号の変更を伴うご契約内容の変更があった場合等

「はびeみる電」で達成状況のご確認を!!
新規登録^{※3}で+500円分のQUOカード!!

「はびeみる電」に登録すると、「電気ご使用量のお知らせ」を紙からWEBに切り替えでき、もっと便利になります。

「節電トライアル」と合わせてお申込みいただくと、「はびeみる電」マイページTOPにて達成状況をご確認いただけます。さらに2011年7月分～9月分の電気ご使用量もご確認いただけるので、目標達成に必要な削減量がわかります。



既に「はびeみる電」に登録されているお客様は対象外

登録完了後は紙による「電気ご使用量のお知らせ(検針等)」はお届けいたしません。なお、お申し込み用紙を検針時にお届けしている場合は、郵送でのお届けに変更させていただきます。

応募期間は

6月1日～7月31日です
みなさんも頑張って節電をしてQUOカードをゲット! しましょう。



〒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。