

快適生活



お知らせ

先月はニュースレターをお休みさせて頂きました。お客様より毎月、ニュースレターを送ってもらうのは申し訳ないということをお聞きしたのでこれからは2ヶ月に1通をお届けさせて頂こうと思います。いろいろなニュースをお届けしていきたいと思いますので宜しくお願いします。

6月のイベント 滋賀

守山ほたるパーク&ウォーク 5/31~6/9 19:00~22:00
所定の駐車場にマイカーを駐車しバスに乗り換えて市内のホテル飛翔地を散策する方法 (守山駅前散策路付近)

アートフェスタ勝負市 6/8・9 10:00~16:00
100組を超える地域の作家が参加します。
(彦根市 花しょうぶ通り一帯)

八ぜの木マーケット 6/9
地元の各地から集まった「こだわり」のものやお菓子などの店が並びます。(体験型観光農園ローザンベリー多和田)

第29回あづち信長まつり 6/9
織田信長の命日6月2日にちなみ毎年6月の第1日曜日に行われます。(安土城跡)

さくらんぼまつり 6/15・16 (アグリパーク竜王)

YOSAKOI ソーラン日本海 彦根三十五万国大会 6/22・23

6/22	6/23
13:00~ JA 東びわこ稲枝支店会場	9:30~ 彦根駅前通り
14:00~ ビバシティ会場	11:00~
15:00~ 彦根市役所前	18:00~
16:00~ 彦根城大手前公園会場	彦根城大手前公園会場

7月イベント

滋賀
愛知川祇園納涼祭花火大会 7/20 19:30~21:00

千日大祭 7/20・21 太郎坊宮
参拝すると1000日間の日参と同じ御利益がある
と言われ夜になると聖域に奉納されたちょうちんに火が灯されます。(屋台あり)

彦根ゆかたまつり 7/27 夢京橋キャッスルロード
創作ゆかたの発表会、ストリートライブなどのイベントが開催されます。浴衣姿で参加すると豪華商品が当たる大抽選会に参加できます。

第36回鳥人間コンテスト2013 7/27・28
松原水泳場

大阪
天神祭奉納花火 7/25
日本3大祭りと一緒に楽しめます。

岸和田港まつり(花火大会) 7/28
スターマインをメインに約1500発が打ち上げられます。

PL花火大会 8/1 19:55~20:50

三重
伊勢神宮奉納全国花火大会 7/13
19:25~21:15 宮川湖畔
全国各地から選抜された花火師が参加する日本三大競技花火大会の一つです。

鳥羽みなとまつり 7/19 鳥羽マリンターミナル
海上花火をはじめ金刀比羅宮鳥羽の海上パレードなどたくさんのイベントが行われます。

桑名水郷花火大会 7/27 揖斐川湖畔
19:30~20:45

京都
祇園祭 7/1~7/31
7/1の「吉符入」から7/31の「疫神社夏越祭」までの1ヶ月にわたり様々な神事や行事が行われます。7/17は山鉦巡行です。

御手洗祭 7/19~22 下鴨神社
土用の丑の日に境内にある御手洗池に足を浸すと諸病を海に流すという平安時代から行われていたみそぎ祓いが民間に伝わった行事。

兵庫
第35回芦屋サマーカーニバル2013
7/27 19:50~20:30
(縁日は13:00~21:00)
場所: 芦屋市総合公園 潮芦屋ビーチ
日中から打ち上げ直前までステージやイベント、約130店舗の縁日で楽しむことができます

第35回姫路みなと祭海上花火大会
7/27 19:30~20:45
場所: 姫路港
観覧場所からわずか300mの台船から打ち上げられる花火は迫力満点。他ではなかなか見られない尺球(10号玉)も打ち上げられる予定です。

日本三大競技花火大会とは
秋田県大仙市
全国花火競技大会(大曲の花火)
茨城県土浦市
土浦全国花火競技大会
三重県伊勢市
伊勢神宮奉納全国花火大会



住宅ローン



今、住宅ローン金利は上がる傾向を見せています。上げ幅はまだ小さいですがどうなるのかわかりません。住宅ローンの金利の基準になる長期金利の水準も大きく変化を見せています。昨今の長期間のデフレによって長期金利は大幅に下降し住宅ローン金利もかなり下降しました。その最低金利まで言われた金利が今のアベノミクスで下がるのでしょうか？

住宅ローンの種類（主なもの）

公的ローン

財形住宅融資

財形貯蓄を1年以上継続し、貯蓄残高50万円以上ある人を対象とした融資。

自治体融資

自治体により異なり設けていない自治体もある。物件や借入限度額には一定の制限がありますが金利面は比較的有利なものがあります。

民間ローン

銀行等のローン

銀行・信用金庫・信用組合・労働金庫等のローンで借入条件はそれぞれで決められて商品も多様化しています。

JA ローン

JAの組合員向けのローン。農家以外でも組合費を納めて準組合員になれば利用できる場合があります。

生保のローン

生命保険の加入者を対象としたローン

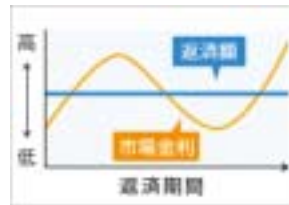
ノンバンクローン

住宅ローン専門会社・信販会社・クレジット会社などのローン。最近ではハウスメーカーなどがモーゲージ・バンカーを設立し長期固定金利型のローンを提供している。

フラット35

民間の金融機関と住宅融資支援機構が提携している長期固定金利型のローン。金利は金融機関によって異なります。融資額は物件価格の90%まで、最高8,000万円の融資が組めます。但し住宅の質を確保するため住宅金融支援機構が定めた基準をクリアする必要があります。保証料は不要。また繰上返済時の手数料も無料。

金利の種類

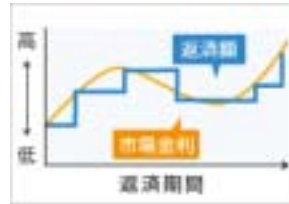


全期間固定金利型

特徴・借りている間ずっと金利が一定。

メリット・あらかじめ金利が決まっているために将来の資金繰りを見通しやすい。また市場金利が低い時に借入れをすれば金利上昇時のリスクを減らせるので安心です。

デメリット・市場金利が下降した場合には負担が大きくなります。金利は変動金利型よりやや高め

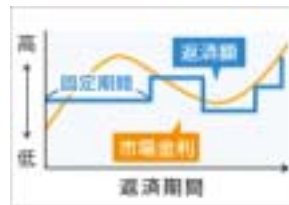


変動金利型

特徴・市場金利の変化によって住宅ローン金利も変動します。金利は年2回見直しされますが返済額は5年ごとに変更される場合が一般的です。

メリット・市場金利が下がれば住宅ローンの金利も下がり得をします。固定金利より金利が低い

デメリット・市場金利が上昇した場合にはそれに合わせて住宅ローンの金利も上昇します。住宅ローン返済額の見直しが通常5年ごとなので金利上昇局面では金利の変化に気付きにくい。



固定金利選択型

特徴・一定期間(3年、5年、7年、10年など)は固定金利で固定期間終了後は変動金利にするか固定金利にするか選択できます。

メリット・住宅ローンを借入れた東証の残債が多い時に一定期間金利を固定にすることができます。

デメリット・3年や5年など期間が短い固定金利選択型を選択する場合、残債が思うように減らない場合があります。

2013年住宅ローン選びのポイント

借入れは総合コストで比較しましょう

表面的な金利が低くても法外な保証料や手数料が取られては意味がありません。保証料は一般的に0.2%程度金利を押し上げるといわれています。

金利優遇条件に注意

いくら金利が優遇されても給与振込み口座に指定することが条件だったりすると簡単に借り替えもできません。債務者をがんじがらめにする条件はダメです。

どんどん返済できるかどうか

借りた後に気付くポイント。「住宅ローンの繰上げ返済は最も儲かる資産運用方法」といわれています。繰上返済手数料が無料にできるかネットなどで自由にできるかは確認して下さい。

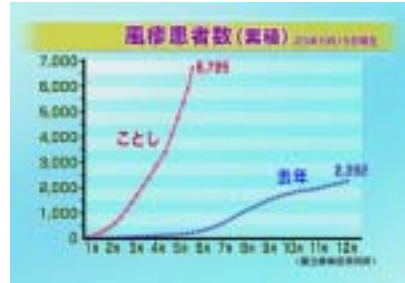
基本的に覚えておきたい原則

低金利なら長期固定金利(10年以上)・全期間固定金利
高金利なら短期固定金利(5年以下)・変動金利



風疹

全国で風疹と診断された患者は5月までで合計6000人近くになるそうです。去年1年間の合計の約2.5倍で感染の拡大に歯止めがかかっていません。



風疹とはよく聞きますがどのような病気でしょうか？
風疹は風疹ウイルスに感染することで発症する発疹性感染症です。くしゃみや咳などでウイルスが飛び散ることによって感染します。3～10年の間隔で流行し春から初夏によくみられます。症状は発疹、発熱(たいていは37度台の軽いもの)、リンパ節の腫れなどです。風疹は子供に多い病気だと知れていますが大人になってから感染すると症状が重くなる傾向があります。重くなると髄膜炎や脳炎を起こすこともあります。あと注意が必要なのは妊婦さんが感染すると胎児が心疾患や難聴などの先天性風疹症候群になる恐れがあります。



治療・予防方法は？

風疹ウイルスに効く薬はありません。症状に応じた対症治療法になります。予防法は風疹生ワクチンで予防接種を受けます。

風疹のワクチンには

風疹だけを予防する「単独ワクチン」

風疹と麻疹(はしか)の2つを予防する「混合ワクチン(MRワクチン)」があります。

「単独」の方が「混合」より費用は安いですが生産量が少ないため接種する人が増えると不足することがあります。

「混合」は費用は「単独」より高いですが在庫は十分とされています。成人には麻疹の抗体が少ない人も多いので混合ワクチンの接種がいいそうです。接種から抗体ができるまでに2～3週間かかるので注意しましょう。

風疹ワクチンは保険が適用されないため医療機関ごとに費用はまちまちです。「単独ワクチン」は4000円～8000円前後、「混合ワクチン」は7000円～12000円前後と言われていますが地域や医療機関によって異なります。市町村で接種費用の一部または全額を助成する所もありますので確認してください。



血液検査で風疹の免疫確認

風疹ワクチンを接種していてもその抗体価は年数を経るうちにどんどん下がってきてしまいます。1回の風疹ワクチン接種でしっかりとした免疫を獲得できるのは9割程度人です。

なので自分に風疹の免疫があるかどうかははっきりしません。そんな時には血液検査でわかります。

風疹に以前かかったことがあると思っても赤い発疹が出る病気は風疹以外にもたくさんあるので風疹と思い違いしている可能性もあります。

私も中学生の時に予防接種を受けたはずなのですが覚えていません。風疹にもかかったはずなのですが病院では多分、「風疹でしょう」ということだったので良くわかりません。気になる方は検査で確認してみてください。



風疹のワクチン接種状況



Flower

『ミッキーマウスの木』

ミッキーマウスの木はオクナ科オクナ属に属する常緑小低木で原産地は東アフリカと言われていて日本には昭和40年代の後半から流通したといわれています。

春から夏にかけて枝先の葉の脇に黄色い花を咲かせ、花後には黄緑色の実ができ、その後、光沢のある黒色に変わります。

寒さにあまり強くないので冬期は部屋の中に取り込んで冬越しさせます。

「ミッキーマウスの木」の名称はその黒い実と赤く反り返っているガクの形がミッキーマウスに似ていることからつけられたものです。

「ミッキーマウスの木」という呼称は通称名であり正式名は「オクナセルラータ」といいます。英名では「Mickey - mouse plant」、「Bird's - eye bush」などと呼ばれており海外でも通称名で親しまれています。



(どこが似ているのか…)

コーヒーでシミが予防できる!?

最新研究でわかった! コーヒーの意外な「肌への効果」



糖尿病予防、肝臓がんリスクを下げるなど健康効果が明らかになってきたコ-ヒー。女性にとって朗報なのが「シミを予防する」働きがあるということです。

効果のもとにはコーヒーに豊富に含まれるポリフェノールの「クロロゲン酸類」にあるようです。

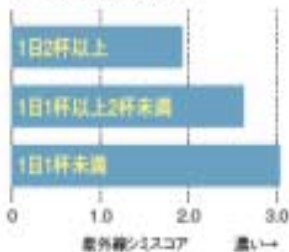
コーヒーを1日2杯以上飲む人は紫外線によるシミが少ないことが確認されました。

実は日本人の場合、1日に摂取する必要量のポリフェノールの約半分を「コーヒー」からとっています。普通、ポリフェノールというと赤ワインを思い浮かべますが日常的に飲むかといえばそうでもありません。その点、コーヒーは手軽に飲めるポリフェノール含有飲料です。

1日に摂取するポリフェノールは1000mg~1500mgと言われています。

コーヒー100mlに含まれるポリフェノールは200mgなので1日に4~5杯飲めばOK

コーヒー1日2杯以上でシミが抑えられる



非喫煙女性131人(30~60歳)に対して、食事調査と肌状態の解析を行った。コーヒーを1日2杯以上飲む人は、紫外線シミが最も少なかった。(データ:2011年第65回日本栄養・食糧学会大会)

日本人はポリフェノールの多くをコーヒーから摂取している



首都圏在住の主婦109人に食事、食料、飲料を一週間記録してもらい、ポリフェノールを何から摂取しているかを算出した。その結果、コーヒーからのポリフェノール摂取が47%と最も多かった。(データ:2010年第64回日本栄養・食糧学会大会)

人をダメにするソファ!?

人をダメにするソファとは無印良品から発売されている大きめのビーズクッション『体にフィットするソファ』です。

今、ちまたではこの人をダメにするソファが大流行しているようです。

キューブ型のクッションで小さいサイズ 55×55×38・大きいサイズ 65×65×43 の中に極小ビーズが詰められています。

上下の2面が伸びやすいストレッチ生地で残りの4面が伸びにくい丈夫な生地を使っているのでどのような体勢にもフィットして一度座ったらやみつきになるというクッションです。 「ヨコ置き」と「タテ置き」で体の沈み

込み具合が変わるので用途に合わせて使い分けが出来ます。

価格 小さいサイズ ¥10,000
大きいサイズ ¥12,600
カバー ¥3,150



【枝豆とはんぺんの簡単お焼き】

材料(4人前)
枝豆(中身) 大さじ4
はんぺん 2枚
パルメザンチーズ 大さじ2
こしょう 少々
サラダ油、バター 各大さじ1
わさび醤油
大葉



作り方

枝豆は塩茹でしてさやから取り出します。ビニール袋に入れて麺棒等で叩いて軽く潰します。はんぺんとパルメザンチーズとこしょうを加えてさらに手で揉んで枝豆と絡めるように潰します。食べやすい大きさの小判型に丸めます。フライパンにサラダ油、バターを熱し両面をこんがり焼きます。お皿に大葉をひいて盛り付けてわさび醤油を添えて出来上がり!! 桜えびやコーンなど他の物を混ぜても美味しくなります。

〒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のでご連絡をお願いします。