

快適生活



今年の恵方は 東北東

節分祭 滋賀県

多賀大社	2月3日	豆まき	10:30~、13:30~
長浜八幡宮	2月3日	豆まき	14:30~ (福当たりが催され景品が当たります)
日吉大社	2月3日	豆まき	11:30~ (景品券が付いていて景品と交換できます)
太郎坊宮	2月2日	豆まき	12:00頃~
立木神社	2月3日	豆まき	15:00、17:00、19:00の3回
田村神社	2月17~19日	厄除大祭(田村祭り)	ご祈祷 7:00~20:00

京都

八坂神社	2月2・3日	2日 13:00、14:00、15:00、16:00 3日 11:00、13:00、15:00、16:00	(2、3日とも福豆授与 ¥300 空くじ無しの景品抽選券付き)
北野天満宮	2月3日	13:00~	狂言 日本舞踊 豆まき
平安神宮	2月3日	15:00~	豆まき
吉田神社	2月2・3・4日		

数々の賞品が福当たりする「抽選券付き厄除福豆」を現在、1袋200円で授与しています。(~節分祭4日正午頃まで。数に限りがあります)
 当選番号は4日午後1時より境内で抽選があり決定します。
 当選発表は5日以降、境内に掲示、吉田神社のウェブサイト、2/8発行の京都新聞朝刊に掲載されます。
 景品の引き替えは2/8~2/20までの間に交換します。
 この神社はかなりの数の景品があり、たくさんの会社やお店が協賛しています。
 この神社のすごいところは景品の数が200本くらいで液晶テレビ、10万円分の旅行券、自動車、自転車、VISAギフトガード5万円分、デジカメなどすごい景品があります。2・3日は約800店の露店が並びます。



木材利用ポイント

木材利用ポイントとは・・・

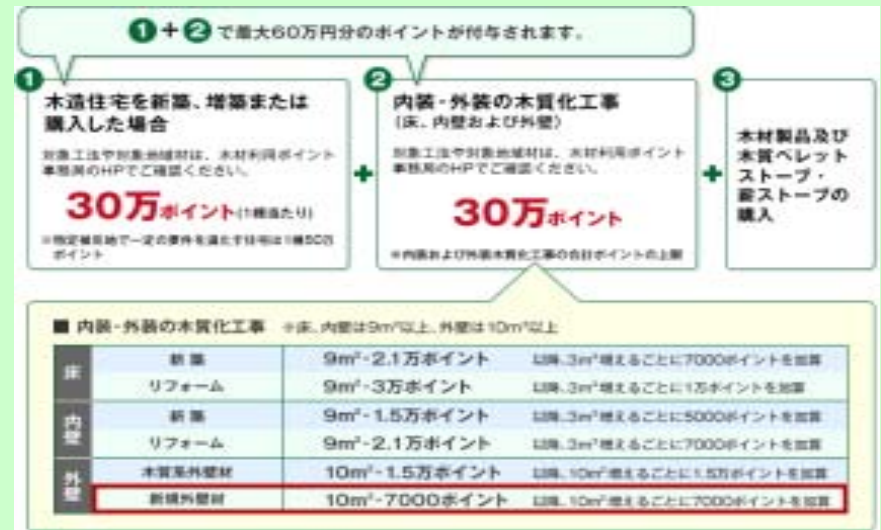
国産材の利用推進を通じて、森林の整備・保全・地域温暖化防止や農山漁村地域の振興に貢献することを目的とした林野庁の事業です。

地域材を活用した木材住宅の新築、増築、購入、内装・外装の木質化工事、木材製品などの購入の際に木材利用ポイントを付与し地域の農林水産品などと交換できるものです。



平成25年4月1日から平成26年3月31日までに工事に着手したものがポイント発行の対象となります。

昨年、5件ほど申請させて頂きましたがまだ政策が続いているようです。



予算がいっぱいになり次第終了になりますのでリフォームをお考えの方は早めにご連絡下さい。

ひな人形 滋賀

2/1~3/23	商家に伝わるひな人形めぐり(東近江市 近江商人博物館)
2/4~3/23	近江八幡節句人形めぐり(近江八幡市立資料館)
2/9~3/9	日野ひなまつり紀行(近江日野商人館・日野町 大窪~西大路の町並み一帯)



京都

3/1	宝鏡寺	ひな祭り	10:00~16:00
3/3	下鴨神社	流しびな	10:20~
3/3	市比売神社	ひいなまつり	13:00~16:00
3/3	松尾大社	流しびな	9:30~
3/3	三十三間堂	春桃会	瀬戸内寂聴さんの青空説法 13:00~
3/3	上賀茂神社	桃花神事	10:00~流しびな

子供の健やかな成長を願って小さな人形を子供の身代わりに川や海に流し厄を祓う行事です。



ヒートショックに気をつけて！！

1年間にヒートショックが原因で亡くなる人は推定1万人以上。これは交通事故の死者より多いとよく比較されます。またヒートショックは高齢者が自宅で亡くなる原因の1/4をも占めているとも言われています。

ヒートショックとは……
 冬の時期暖房で暖かい居間などと暖房のない脱衣所や浴室との温度差が10以上になることはまれではありません。このような温度環境で入浴する場合、暖かい部屋 寒い脱衣所 熱い湯船への移動という小さな動きの中での急激な温度変化が短時間のうちに起こりそれに伴って血圧の急激な上昇や下降が起こります。
 これを「ヒートショック」といいます。冬の入浴中に起こる突然死の大きな要因になります。例えば急激に血圧が上昇した場合 脳出血・脳梗塞・心筋梗塞 血圧が低下した場合 脳貧血・浴槽でめまいを起こしてケガや溺れたりする。



トイレのヒートショック(オーバーシュート)にも気をつけて！
 一説には寒い冬に高齢者がトイレで、脳卒中や心筋梗塞を起こす割合は、突然死の約5%を占めていて心臓系の死(主に心筋梗塞)の8%がトイレで排泄中というくらいトイレでの急死はあなどれません。これらはトイレでいきむ事が原因であったり(オーバーシュート)、立ち上がった時など血圧や心拍の急激な変化等が脳卒中や心筋梗塞を起こしてしまいます。高齢者では動脈硬化が進んでいる人も多く便秘気味である人が多いことも要因の1つです。



活性炭フィルター付きでスリムなのでトイレ、キッチン、洗面脱衣室など、どこに設置してもOKです。

ヒートショックを起こしやすい人

- ・ 65歳以上の高齢者
- ・ 高血圧、糖尿病、動脈硬化の持病がある人
- ・ お風呂、洗面脱衣所、トイレが寒い家
- ・ 肥満気味
- ・ 一番風呂に入ることが多い
- ・ 熱めのお風呂を好む
- ・ お風呂は首までお湯につかる
- ・ 睡眠時無呼吸症候群など呼吸器官に問題がある

ヒートショックの予防と対策

- ・ 洗面脱衣所、トイレに暖房器具を置いて、部屋ごとの温度差を小さくする。
- ・ 入浴前に浴室をシャワーであたためておく。
- ・ 浴槽のふたは開けておき床にはマット等をひく。
- ・ お風呂の温度は38～40度のぬるめにする。
- ・ ヒートショックをおこしやすい人がお風呂に入っている時は家族が声をかけたりする。
- ・ 気温が高い明るいうちにお風呂に入る。
- ・ いきなり熱いお湯に入らない。
- ・ 食後や空腹時にお風呂に入らない。
- ・ 肩までつからず、体への負担が少ない半身浴にする。

部屋を暖かくするためには・・・

洗面脱衣所暖房機

TOTO ¥52,500
 壁に取り付けることができるので洗面所が狭くならない。ドライヤー機能が付いていて髪の毛の短い男の人なら十分乾くそうです。夏には「涼風」機能が付いているので扇風機変わりになります。
 幅 49.5 cm × 高さ 32 cm × 奥行き 8.5 cm

MAX ¥68000
 壁に取り付けるタイプでドライヤー気機能付き。一定温度を設定しておけば毎朝自動的に暖房が入ります
 幅 25 cm × 高さ 60 cm × 高さ 10 cm



APIX センサークリーンヒーター

人が来たらスイッチON!!人がいないと自動停止する人感センサー搭載。活性炭フィルターで消臭力も抜群の消臭機能付き。

¥6,400

浴室暖房乾燥機

浴室におすすめ器具は浴室暖房乾燥機です。既設のシステムバス・ユニットバスの天井換気扇を利用して取り付けだけの後付けタイプの浴室暖房乾燥機です。寒い冬にはお風呂に入る少し前から浴室暖房で浴室全体をあたためてから入るようにします。花粉が心配な季節に外に洗濯物が干せない時は乾燥機の機能も付いているので便利です。家にも付いているのですがシャワーをする時など暖かいので便利です。



ポカピカ

天井照明にハロゲンヒーターが合体!ハロゲンなのでスイッチを入れたら放射熱ですぐに暖かくなります。夏季などはヒータースイッチを切れば明かりだけでも使用可能です。

¥19,500



スギ花粉症に「なめる」薬！厚労省が初承認

スギ花粉症の根治が期待できる新薬が1月17日厚生労働省に承認されました。鳥居薬品が申請していた舌下免疫治療法『シダトレン』です。これは主に花粉症、アレルギー性鼻炎の治療法で舌の下にアレルゲンエキスを含んで体に吸収させて体を慣れさせてアレルギーを克服する方法。

薬物療法は内服中だけ症状を抑える「対処法」

にとどまりますが、免疫法は「根本療法」つまり薬がいなくなることも期待できる画期的治療法です。

この治療法は副作用が激減して自宅でできるので多くの通院も不要になります。ユーロoppaでは既に行われていて米国ではまだ認可されてないそうです。

メリット

- ・有効率は約7~8割
 - 1割・・・症状が無くなる
 - 5割・・・症状が半分くらいに軽くなる
 - 2割・・・症状が軽くなる
 - 2割・・・変わらない
- ・注射ではないので痛くない！！
- ・皮下免疫療法は週1~各週通院する
必要がありますが舌下免疫療法は月1回

注意

- ・対象年齢は12歳以上
- ・認可されてから1年間は2週間処方上限、2年目からは1ヶ月処方が可能になります。
- ・花粉の飛ぶ季節以外でも毎日、最低2年間(できれば3年以上)行わなければ十分な効果は期待できません。
- ・希望しても使用できない人もいます。
- ・2年間以上治療しても30%の人には効果がないかもしれないことを知っておいて下さい。

使い方

薬剤を舌の裏側に垂らす。
2分間おいて飲み込む。
その後5分間はうがい・飲食を避けます。

2年から3年、毎日続ける
1週目(開始)
少しずつ増量
2週目
濃度を上げて少しずつ増量
3週目(以降)
所定の量を継続



蠟梅の名所

岐阜・・・木曾川水園

林梅公園

花フェスタ記念公園

愛知・・・名古屋城

松平郷

愛知県植木センター

滋賀・・・沙沙貴神社

京都・・・北野天満宮

京都御苑

京都府立植物園

大蓮寺

大阪・・・大阪城公園、大阪天満宮



残ったお餅をリメイク！！



餅豚ロールカツ



材料(4人分)

豚薄切り肉	12枚	A マヨネーズ	大1
角餅	3個	A マスタード	大1
塩	少々	B 卵	1/2個
パン粉		B 薄力粉	大1、1/2
		B 牛乳	大1

作り方

- お餅は4等分に切ります。AとBを混ぜ合わせます。
豚肉を広げて塩をしてAを塗りお餅をのせてクルクルと巻き付けます。
お餅が飛び出していないようにしっかり包む。
B パン粉をまぶして170℃でこんがり揚げます。
少し味は付いてますがソースやポン酢ジュレなどでも美味しいです。

Flower 【蠟梅】

中国原産の落葉樹で真冬に花を咲かせる数少ない花木の一つです。花びらは分厚くロウのような質感があり香りが強い花です。

園芸品種の代表に「満月蠟梅」、「素心蠟梅」があります。

満月蠟梅(マンゲツロウバイ)



花の中心に紫褐色の輪が入っていてこれが「満月」の命名の理由です。特徴は12月末頃から開花。花弁が丸弁で花色が濃く香りが良い。

素心蠟梅(ソシンロウバイ)



花の中心に紫褐色の斑が入らず透き通るような黄色一色です。紫褐色の斑が入らないのが「素心」の命名の理由です。特徴は満月に遅れて開花します。花弁が剣弁で花色はレモンイエロー色で香りが良いです。

和蠟梅(ワロウバイ)



これが原種になるロウバイです。花は小さく香りもやや薄い感じですが、名前前に梅と付きますが梅はバラ科でロウバイはロウバイ科です。

フライングタイガーコペンハーゲン & ASOKO

フライングタイガーコペンハーゲン



北欧デンマーク・コペンハーゲン発の格安雑貨店「TIGER(タイガー)」大阪心齋橋のアメリカ村の三角公園から歩いてすぐの Preview ビルの1,2階にあります。
アメリカ村店が日本 1 号店でヨーロッパ以外では初の進出店舗です。

売り場面積約 500 m²は本場欧州の店舗の2倍。
商品価格は 100 円 ~ 1000 円が中心となります。
東京にも表参道ストアがオープンしました。



私が欲しい物はこれです。メモハウス ¥300
←家の中には四角いメモシート。家の上には4つのメモブロックがついています。

その他にも女の子が好みそうな物がたくさん！
色使いがかわいいですし値段が安いのも魅力です。
以前は整理券が必要みたいでしたが今はないそうです。



結構有名なこの2つの名前をご存知でしょうか？
大阪にある雑貨店の名前です。
前から一度、行ってみたいと思っていたので調べてみました。

ASOKO(アソコ)



大阪南堀江のオレンジストリート沿いにオープンした雑貨店。
一見すると何に使うか分からない雑貨を取って説明を省いて陳列。商品選びそのものを楽しめるようにしています。
価格は 100 円 ~ 500 円くらいが中心になって

います。
女性向けの商品を揃える「TAIGER」に比べると男性が好みそうな商品も多い。



大阪市中央区西心齋橋 2 10 24
営業時間 11:00 ~ 20:00
定休日 不定休

大阪市西区南堀江 1 - 19 - 23
営業時間 11:00 ~ 20:00
定休日 毎月第二水曜日

北欧の雑貨店ぞくぞくオープン！！
ソストレーネ グレーネ



デンマーク第2の都市オーフスで1973年に設立された雑貨店が日本に上陸。
デザインや香りに包まれた迷路のような楽しい店内になっています。2000点以上のアイテムが並んでいて価格は100円~500円。

ラガハウス



日本初上陸のスエーデンの雑貨ショップ。315円、525円、735円、1050円、1575円、2100円の6つのプライスラインで販売。

この2つは関西にはなく関西の方にも出店してくると嬉しいです。

グルメラン大阪

開催日 2月23日(日)
開催場所 大阪城公園

エントリーの延長
2月9日(日)まで！

グルメランとは・・・

2~10人のチームでタスキを繋ぐリレーマラソンや婚活マラソン、10kmラン、親子ランなど様々な種目のマラソンと絶品グルメ屋台とのコラボレーションを楽しめるイベント。スポーツと同時に食も楽しめます。

会場には地元で人気のレストラン、B級グルメ、スイーツなどのグルメ屋台が集結！！

参加費 1人・親子 4000円 中学生 3000円 小学生 2000円



〒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



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か前だけでも結構ですのでご連絡をお願いします。