

快適生活

夏でも涼しい、とっておき 涼スポット！

これでも涼しくなれます！？
一番怖いところは…

- ①東映太秦映画村
『史上最強のお化け屋敷』
- ②生駒山上遊園地
『地獄門』
- ③姫路セントラルパーク
『死霊城』
- ④ひらかたパーク
『ダークピエロの隠れ家』



びわ湖テラス

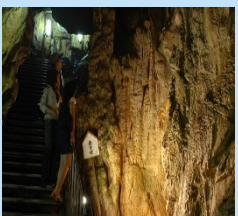


標高1,100メートルの
頂から望む琵琶湖の大
パノラマが壮大。

平地との差約 **-7℃**

質志鍾乳洞公園

京都府船井郡京丹波町



京都で唯一の鍾乳洞。京丹後町
の指定天然記念物に指定されて
いる。総延長は52.2メートル

洞内 **8~12℃**

面不動鍾乳洞

奈良県吉野郡天川村 洞内 **8~10℃**



総延長280メートルの鍾乳洞で奈良県
の特別天然記念物に指定されている。
入口までモノレール・どろっこ(有料)で
行ける。洞内はドーナツ型で、内部を
グルリと一周回っている。

五代松鍾乳洞

奈良県吉野郡天川村 洞内 **0℃**



「大黄金柱」といわれる高さ8メートルの石
柱をはじめ、発達した鍾乳石や巨大な石筍
など、表情豊かな自然の造形が見られる。
洞窟へは山道を歩くルートのほか、急峻な
山肌を縫うように進むエンジン駆動のトロッ
コに乗って向かうこともできる。

伊吹山



高さ1,377メートルの山頂の周
りには視界を遮るものが無く絶
景が広がります。
7月中旬～8月下旬頃には色と
りどりの花が咲き誇ります。

平地との差約 **-8℃~10℃**

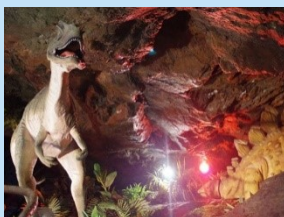
新穂高ロープウェイ 岐阜県高山市奥飛騨温泉郷新穂高



第1・第2を合わせた全長3,200m
日本初の2階建てゴンドラ
展望台からは、西穂高岳、槍ヶ岳、
笠ヶ岳などの北アルプスの山々が
360度の大パノラマで見ることが
できます **山頂の気温 16℃**

小原洞窟恐竜ランド&極楽洞

和歌山県伊都郡かつらぎ町花園梁瀬1020



かつての鉱山を利用したテーマパーク
一歩足を踏み入ると、突然れる恐
竜の大音声や照明で太古の昔にタイ
ムスリップ！

洞内 **12℃**

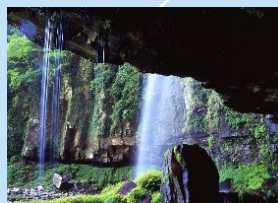
御在所ロープウェイ 三重県三重郡菰野町湯の山温泉



御在所岳(1212m)にかかるロープウェイは、
日本最大級の規模です。ゴンドラの窓からすば
らしい錦絵を見ることができます。伊勢平野、
伊勢湾、知多半島が一望でき、まさに絶景です。

平地との差約 **-10℃**

阿弥陀ヶ滝 岐阜県郡上市白鳥町前谷



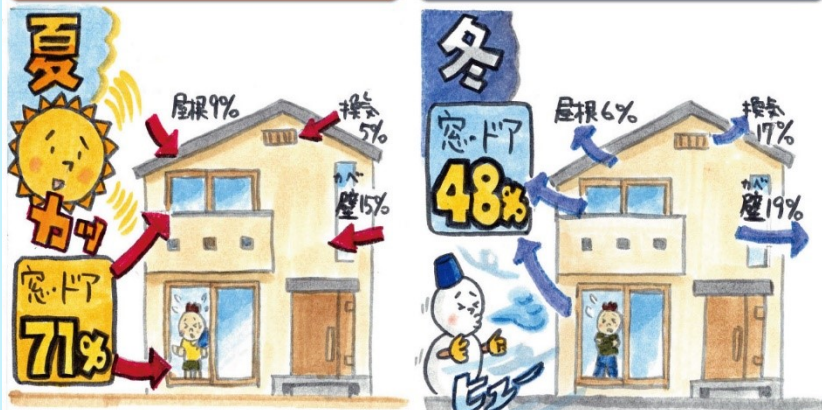
駐車場から阿弥陀ヶ滝までの散策コースは、“登
山”というほど険しい道のりでもなく、小さなお子様
でも歩きやすい距離の為、家族揃って楽しむ事が
できます。
近くには流しそうめんの発祥地があり初代店主お手
製の石で造られた流し台が魅力的なスポット
(阿弥陀ヶ滝荘)



暑い夏・寒い冬を解決するには？

外から入り込む暑い熱の
71%は窓・ドアから！

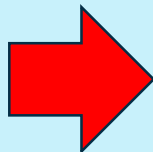
建物から逃げ出す暖かい熱の
48%は窓・ドアから！



窓際が熱気でジリジリ...! 窓際が冷気でヒエヒエ...!

住宅の中で最も熱の出入りが大きい場所は、窓・ドアなどの開口部。**全体の73%**の熱が窓から入ってきており、この熱が室内の温度を上昇させ、不快な気分にするほか、室内熱中症の原因になります。夏の暑さ対策はエアコンだけに頼るのではなく、窓から入ってくる熱を遮断することが大切です。

解決方法!!



室温と体感温度は違います。例えば、室温が26℃で、暑い夏の日差しであたためられた壁面、天井、床などの表面温度が32℃の場合、実際に感じられる体感温度は29℃。外からの熱の影響を少なくする断熱対策も重要です。

1. 天井断熱・・・天井裏に断熱材を詰めることで夏は室内の照りを抑え冬は熱が逃げていくのを防ぎます。
2. 床断熱・・・断熱材を敷き詰めることで底冷えを防止
3. 外壁断熱・・・夏は室内への熱の侵入を冬は熱の流出を防ぎます

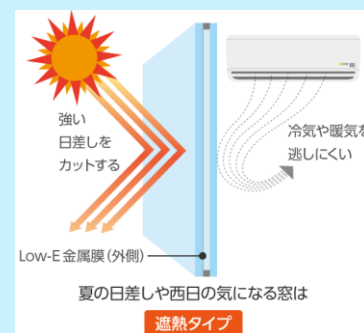
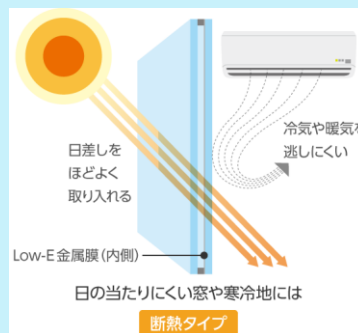
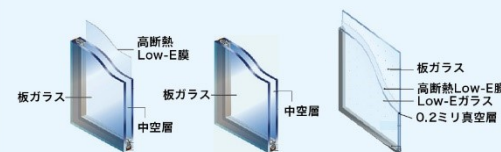
ガラスの交換

熱を伝えにくい高性能な窓の条件は2つあります。
ひとつめは、「フレーム」の断熱性が高いこと。アルミの1000倍も熱を伝えにくい樹脂製のフレームがおすすめです。
ふたつめが「ガラス」の断熱性です。ガラスが1枚だけの「単板ガラス」では断熱性が低く外の暑さ寒さの影響を受けやすいため、ガラスを2枚にした「複層ガラス」を選びましょう。

樹脂製内窓フレーム



高性能ペアガラスで面あたりの熱交換も防ぐ！



内窓の設置

現在の窓の内側にもうひとつ窓を設置して二重窓にします。断熱効果が高く、あわせて防音、防犯効果もあります。比較的簡単な工事のため短期間ででき、費用もあまりかからないことから、人気の高い省エネリフォームです。



業界初！

抗アレルギー機能を持たせたタイル《アレルピュア》ってどんなタイル？

アレルピュアとは？

スギ花粉やダニの死がいやフンに含まれる環境アレルギーの働きを抑制する機能を持たせたタイルです。

住いに存在する環境アレルギー

ダニのフンや死がい、花粉に含まれ、アレルギー反応を引き起こす原因となる物質。
家族が外から持ち込む花粉（すぎ）はもとより、室内のチリであるハウスダストにもアレルギーが含まれています。

アレルピュアのメカニズム

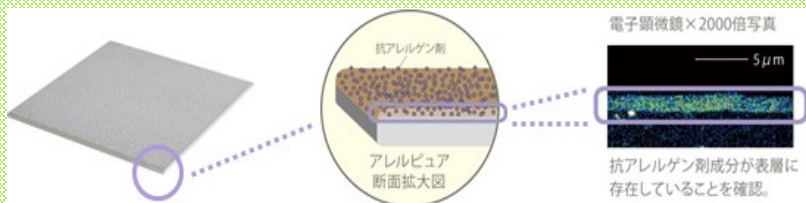
■商品特長

タイルで初めて、環境アレルギーの働きを抑制する機能を実現抗アレルギー剤をLIXIL独自のコーティング技術でタイル表面に効果的に配置しており、表面に付着した環境アレルギー（スギ花粉・ダニのフンや死がいに含まれるアレルギー）の働きを抑制します。

・「アレルピュア」の仕組み



・LIXIL独自のコーティング技術



空気清浄機との併用でより効果が高まる

多くのご家庭で使われている空気清浄機。壁や床に付着した環境アレルギーはアレルピュア。アにお任せいただくことで、より効果的な環境アレルギーの抑制が期待できます。



「アレルピュア」の施工イメージ



残暑に気をつけて！！

残暑でも意外と多い！ 9月の熱中症対策

まだしばらく暑い日が続きそうですが水分は十分に取ってください。

おすすめ飲み物ランキング

1位 OS-1 従来のスポーツドリンクより糖質が低く電解質濃度が高くなっているため水分や塩分をすぐに吸収できる。



2位 ポカリスエット
最大の特徴は体調不良時の栄養補給が目的なので点滴と同じ成分で作られていてそれを飲みやすくしたのがポカリスエット



3位 麦茶
体を冷やす作用がありミネラルも豊富で夏に最適です。



4位 ソルティライチ
塩分が適度に含まれていて味が美味しい。



水分補給にならないもの

- ・紅茶
- ・緑茶・烏龍茶
- ・栄養ドリンク（エナジードリンク）
- ・アルコール



カフェインが入っているものは利尿作用があるので気をつけましょう

夏バテ知らず!? 韓国風スタミナ冷奴



肉は細かく刻んでフライパンにゴマ油を熱し、牛肉とおろしニンニクを炒める
肉に火が通ったら焼肉のタレで味付けし、ゴマを混ぜておく
ポン酢にコチュジャンを混ぜておく
皿に食べやすい大きさに切った豆腐を並べ、細かく切ったキムチを散らす
キムチの上に牛肉炒めをのせ、小口切りにしたあさつきを散らす
食べる直前にポン酢ダレをかけていただく

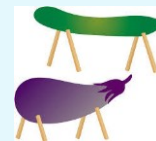
木綿豆腐 1丁
白菜キムチ 70g
牛切り落とし肉 80~100g
焼肉のタレ 大さじ1~2
おろしニンニク（チューブ） 1cm

ポン酢 大さじ1
コチュジャン 小さじ1/2
あさつき 1~2本

炒りゴマ（白） 少々
ゴマ油 小さじ1程度

お盆

お盆の迎え方



13日 盆入り

12日の夕方か、13日の午前中までに御仏前のお盆用お飾りやお供え物を御用意します。13日の夕方には御仏前の燈籠や堤燈に火を入れます。

14~15日 盆中日

お供え物をし、ご先祖の精霊が帰る目印として、家の中では盆提灯に火を灯し、外では迎え火を焚き精霊を迎える。「迎えは早く、送りは遅く」と言われている。
※お墓や川、玄関先などで迎え火を焚き迎えるが、近年は住宅事情で提灯だけの場合もある。

15~16日 送り盆

15日、もしくは16日の夕方にご先祖様達はお帰りになられます。おがら等たいてご先祖様達を丁重にお送りいたします。

お墓参りでやってはいけないこと

1. 墓石にお酒をかけること
2. 線香やろうそくの火を口で吹き消すこと。
3. お供えをした飲み物や食べ物をそのままにして帰ること。



〒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

