

快適生活



滋賀の花火人気ランキング

- | | | | | |
|-----|------------------------|---|-----------------------------|---|
| 1位 | びわ湖大花火大会 |  | 8月8日(木) |  |
| 2位 | 彦根大花火大会 | | 8月26日(月) | |
| 3位 | 大津志賀花火大会 | | 7月20日(土) | |
| 4位 | 湖南市夏まつり | | 8月3日(土) (祭りは16:00～) | |
| 5位 | 長浜・北びわ湖大花火大会 | | 8月5日(月) | |
| 6位 | 愛知川祇園納涼祭花火大会 | | 7月13日(土) | |
| 7位 | 建部大社 船幸祭花火大会 | | 8月17日(土) 瀬田唐橋周辺 | |
| 8位 | 矢川神社 七夕まつり花火 | | 7月7日(日) | |
| 9位 | おいでやす!!
野洲市夏まつり花火大会 | | 7月20日(土) | |
| 10位 | おごと温泉納涼花火大会 | | 8月1日(木) | |
| ★ | 高宮納涼花火大会 |  | 7月14(日) | |
| ★ | ふるさと夏まつり
木之本大花火大会 | | 8月25日(日) |  |
| ★ | コトナリエサマーフェスタ | | 8月3日～15日
(花火は 3日 20:30～) | |

滋賀の夏のお祭り

太郎坊宮 千日大祭 7/18～7/24

7月20日と21日に「千日大祭」が営まれます。この日に参拝すれば千日間、参りしたのと同じご利益があるとされています。

鳥人間コンテスト 7/27～28 彦根市松原水泳場

田村神社 万灯祭 7/25日(木)～27日(土)

約9,000灯の提灯が飾られます

守山夏まつり 7/27 16:00～21:00

JR守山駅西口～銀座通り～中山道一体(東門院付近)を歩行者天国にし各商店街が創意工夫を凝らしたイベントを開催します。

長浜なつまつり 7/27 16:00～20:30 長浜市 中心市街地一帯

商店街や黒壁グループ、各種団体によるイベント、フードパーク、キッズパークなどが行われ、家族連れや、ゆかた姿の人々で中心市街地一帯が賑わいます。

水とロマンの祭典 7/27 9:00～14:30 長浜市 尾上漁港一帯

地元の特産品や模擬店による「グルメ通り」、フリーマーケットなどが催され、稚魚の放流、金魚すくい、親子魚釣り体験のほか、ビワマスの造りなどの旬の味を堪能できる「夏グルメ」(申し込みが必要)も人気です。

彦根ゆかたまつり 8/10 夢京橋キャッスルロード

「夢京橋キャッスルロード」を、ゆかた姿でそぞろ歩いて楽しむおまつりです。ゆかたを着てでかけると、豪華景品の当たるお楽しみ抽選会に参加することができます。

ふるさと夏まつり～木之本地蔵大縁日 8/22～25 9:00～22:00

木ノ本駅、木之本地蔵院周辺

備えてますか？ 住まいの台風対策

増加する台風の被害

昨今、夏の異常気象とともに気になる台風の被害。
それに伴い、住まいへの被害も起きており、台風対策の必要性が高まっています。
住まいにとって危険なのは、台風の強風により飛ばされたものが窓ガラスにぶつかり割れてしまうこと。



台風対策のポイントは「シャッター・雨戸」。
窓まわりを強化することで、いざという時も安心です。

飛来物の被害を防いで安心！

飛来物がぶつかり窓ガラスが割れるのを防止。暴風が室内へ流れ込んで家具やインテリアが壊れる二次被害も予防できます。家全体の窓にシャッター・雨戸をつけておくことが大切です。



騒音もカットし快適！

シャッターや雨戸を閉めることで騒音を和らげる効果も。台風や豪雨の際も、防音効果で生活や睡眠が快適になります。また、老朽化した雨戸を交換することで開け閉めもスムーズ＆静かになります。



備えて安心 住まいの台風対策！おすすめリフォーム

窓に取り付けるだけの リフォームシャッターで台風＆防犯対策



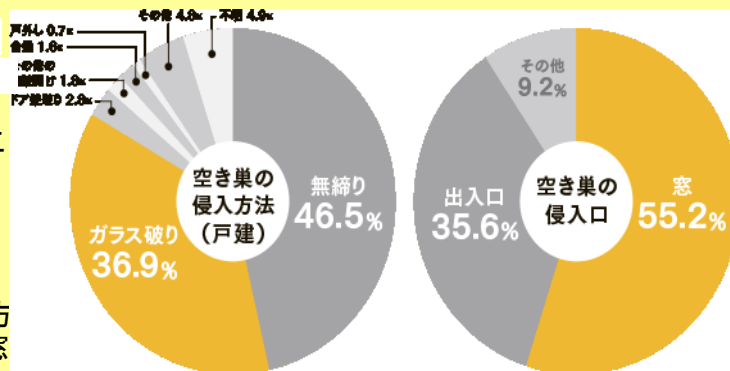
シャッターを取り付けることで、視覚的な侵入抑制効果も期待でき、防犯性アップ。
電動タイプや手動、採風タイプや耐風タイプなどがあります。



シャッター・雨戸は 防犯対策にも効果的。

シャッター・雨戸をつけることで侵入窃盗を抑制し、防犯性アップ。防犯対策にもなります。

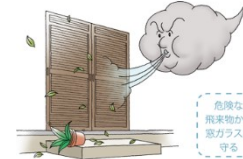
空き巣の侵入経路、侵入方ともに断トツで多いのが「窓」



パッと取替できる、多彩な機能が魅力の取替雨戸



古くなった雨戸を取り替えることで防犯性がアップ。ガラス破りなどによる侵入を防ぎ、外出時や就寝時にも安心です。





あなたは大丈夫？実は間違っていた熱中症対策！！

★ お茶で水分補給

お茶の中に含まれる成分には利尿作用をもつものがあります。暑い日はただでさえ、汗をかいて体内の水分量が減りやすいにもかかわらず、お茶を飲むことでより拍車がかかってしまいます。そうならないためにも、必ず塩分と糖分を含んだスポーツドリンクなどで水分を補給するようにしましょう。

★ こまめに汗を拭く

汗をこまめに拭き取ってしまうと、体温が低下せず、さらに大量の汗をかいてしまいます。汗を拭く時には、固く絞ったタオルなどを使用して、ある程度皮膚に水分が残るようにしましょう。そうすることで、汗の代わりに皮膚に残った水分が蒸発して、体温を下げることができます。

★ 半袖で外に出る

暑い日には、半袖やノースリーブなどの肌の露出面が多いと、その分直射日光をダイレクトに浴びてしまうことになり、紫外線の影響を受けやすくなってしまいます。出来れば、通気性・吸汗性の良い長袖などを着て外出がよいです。

★ 冷たい飲み物で体を冷やす

冷たい飲み物を飲み過ぎると体が体温が下がったと勘違いして、汗をかかなくなってしまいます。そうすると熱中症を引き起こしやすくなってしまいますので、出来れば水分補給用の飲み物は常温程度のもののがいいです。

ひんやり涼しい♪おすすめの冷却グッズ 熱中対策シャツクール冷感ストロング



衣類にシュッとスプレーするだけ！クールミントのさわやかな香りが広がり、冷感成分が汗をかいたびにひんやり気持ちいい冷感を与えます。

Greatever 超冷感タオル



水に濡らして絞って振るだけで生地が温度が低下していき、スポーツ時に出た体の表面に付着した汗を拭うだけで清涼感を得る事が出来ます。

しろくまのきもち・サマースカーフ

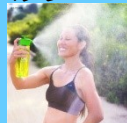


水に浸すだけで、しばらくの間首元を冷やしてくれます。繰り返し使用できるのでコストパフォーマンスも良いです。

服の上から体を冷やすスプレー 無香料



暑さの厳しい夏の季節に、簡単に服の上から吹きかけるだけで瞬時に体を冷却してすずしくなることが出来るスプレーになります。



ルナテック(LUNATEC) アクアボット



1つで水分補給、冷却、クリーニングが行えます。シャワー、ストリーム、ミストの3パターンの噴出方法が選べ、連続で強力に噴出できます。最長7.6mの噴出力があります。

こんな症状があったら 熱中症を疑いましょう

軽

めまい
立ちくらみ
筋肉痛
汗がとまらない

中

頭痛
吐き気
体がだるい(倦怠感)
虚脱感

重

意識がない
けいれん
高い体温である
呼びかけに対し返事がおかしい
まっすぐに歩けない、走れない

熱中症対処法

熱中症の初期症状であるめまいや立ちくらみなどの基本的な対処法として、まずは、意識がはっきりしているかを確認しましょう。意識が朦朧としているようであれば、迷わず医療機関へ。

・安全で涼しいところへ移動させましょう

自分の足で歩ける状態でもめまいや立ちくらみ、一時的な失神によるふらつき・転倒に注意し、頭を打つなどの2次被害を防ぐために両側から二人で支えることが大切です。

・横になって休ませましょう

足を10cm程度高くすることで、心臓への血流がよくなって血圧が上がり、脳への血流を改善させる効果が期待できます

・保冷剤やペットボトルなどにタオルやハンカチを巻いて、体を冷やしましょう

体表近くを走る静脈(太い血管)の通る首筋やわきの下などを冷やすのが効果的です。

・分補給を行いましょう

スポーツドリンクや0.1～0.2%の濃度の食塩水などを自分で飲んでもらい、体内から失われた水分・塩分を補います。

小旅行気分で！！

休日にあまり遠くへ行くのも疲れるし時間が無い。
なので日帰りで行けるお出かけを探して行ってみました！

高速を使えば1時間15分
一般道では2時間くらいです。
一般でドライブしながら行けば結構
早く着きました！

若狭小浜お魚センター

地元の漁港にその日水揚げされたばかりの鮮魚をはじめ、干物や海産加工品などを販売する海鮮市場。仲卸業者を中心に11軒の魚屋さんが軒を連ねてます。午前中に訪れた方がベターです。



目的は狭湾でとれるアカアマダイ
別名「若狭ぐじ」を買うことです。
高級魚なので高いのですがここ
では安く買うことができます。

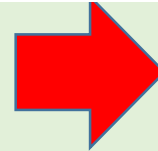


お魚センターの駐車場一角に「七輪焼き広場」がありお魚センター
で購入した新鮮な魚貝類をそのまま焼いて食べることができます。

利用時間 8:00～14:00、
利用料金 大人300円・小学生以下100円

〒917-0081 福井県小浜市川崎2-5-1

営業時間 7:00～売り切れ次第終了
定休日 日曜日と祝日の午後、水曜不定休



マキノ白谷温泉 八王子荘

高島市マキノ町白谷370番地1



リウマチや動脈硬化、高血圧
に効能がある良質の天然ラジウ
ム泉で、近畿地方有数の療養温
泉に指定されています。
宿泊可能で、四季折々の会席料
理なども堪能することができます。

朽木旭屋

高島市朽木岩瀬40-1-401



石臼挽き10割そばと名物の鯖寿司が
食べられるお店です。鯖寿司は肉厚
で脂の乗りが良く、臭みはなく、美味
しかったです。

高島市マキノ町牧野498

お食事処 蓮



滋賀県高島市マキノ町のメタセコイヤ並木道沿
いの鯖寿司・伊吹そばのお店です。
鯖寿司のご飯がピンク色なのは黒米を使っている
からだと聞きました。
そばは関ヶ原にある『幸山』の麺を使用している
そうです。

若狭フィッシャーマンズワーフ

福井県小浜市川崎一丁目3-2

営業時間 4月～11月 8:30～17:00
12月～ 3月 9:00～17:00



お魚センターの前には若狭フィッシャーマンズワーフ
があり名勝「蘇洞門(そとも)」をめぐるクルージング
を楽しめたり、海を眺めながら食事を堪能できるレス
トランや、お土産コーナーがあります。
1階には鮮魚とお寿司のコーナーがあり水揚げされ
たばかりの鮮魚を調理した刺身やお寿司があります。
買ったならその場で食べることができます。

〒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@eto.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.doco
mo.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。

