



新築&リフォーム祭を開催します！
H28年5月21日～22日
多可町中区 ベルディーホール
パナソニックの水廻り商品など展示
ご来場特典も多数あります！

あひこっと通信



発行日 2016年5月

今月のピックアップ

- ◆HALUのコーナー
- ◆ディズニーツムツム
- ◆価格.com
- ◆口コミで業者選び？

- ◆多くの忘却失くしては
- ◆新しい虫歯治療
- ◆いさきのにんにくハーブ焼き
- ◆日本の文化遺産
- ◆施工紹介
- ◆「青」の風水

- ◆世界に あなたは
- ◆電車やバス内でのマナー
- ◆メロンの植え付け
- ◆なかよしなら、のどならそう♪

最長10日間とも言われるゴールデンウィークも終わり、少しずつ体も心も通常モードになりつつある今日この頃ですが、皆さん、気持ちの切替出来てますか？今年はどこかへ行こうと思っていたHALUでしたが、ほぼカレンダー通りでしたので、今年も友達とご飯を食べに行く事しかできませんでした。ホントは息子のところに遊びに行きたかったんですがねえ～。(笑)「来年こそは長期休暇！」を目標に仕事頑張ろうと思います。みなさんはどんなゴールデンウィークでしたか？

さて先月14日に、またもや阪神淡路大震災クラスの地震が発生してしまいました。しかも阪神淡路大震災クラスの本震が2回も。1回目の地震で耐えた家屋も、さすがに2回目には耐えきれず倒壊しました。自分は報道で潰れた家屋見て、阪神淡路大震災の時に生で見た倒壊現場を思い出してしまいました。阪神淡路大震災も家屋倒壊による圧死が多かったと記憶しているのですが、今回も亡くなられた49名の大半は家屋倒壊による圧死だったようです。HALUの自宅も築40年を超えているようで、今回の地震を機に、今一度、色んな所を見直したいと思います。地震から3週間経ち、少しずつではありますが、学校が再開されたり日常の生活が戻りつつあります。ただ、未だに余震が続き、また住むところもままならず避難所生活を送っている方が多数いることも事実です。被災された方が元通りの生活になるまでは、まだまだ時間もお金も必要です。震災を経験したのものとして、自分自身が出来ることを少しずつ継続して行ければなあと思います。まずは募金からですね。(^^) みんなで熊本を支えていきましょう！

え～、さて、この地震の起こった14日にHALUは財布を落とし、世間は地震で大変でしたが、個人的にも大変な日になっていました。若年性のアルツハイマーではないですが、最近物忘れが酷く、友達や知り合いの名前が出てこなかったり、重要な事を忘れていたり、多々ある中、1ヶ月に2度目の財布紛失でした・・・。1度目はコンビニでコーヒーを購入した際に店内に置き忘れていたため、無事発見できましたが、2度目はガソリン給油後に、財布を車の屋根の上に置いて車を走行させたために落とした場所を特定できず、あえなく警察に届ける羽目になりました。警察の方には、「優しい人が多いから出てくる可能性は高いよ。」と言われたのですが・・・、今現在まで出てくる気配もありません！（笑）

財布を落としたショックもありますが、1ヶ月に2回も財布を忘れる失態・・・。そっちの方がよっぽどショックです。(泣) みなさん、何か物忘れ防止の為にしている事はありますか？効果的な方法があれば、是非、HALUに教えてください。まだ呆れたくないよ～。みなさんよろしくお願いします。

それではみなさん、梅雨も近づき天気の良い日も増えていますが、心は「晴天に！」元気に頑張っていきましょう！あ～1つ忘れてました。(笑)

5月21日と22日にリフォーム祭を多可町のベルディーホールにて開催させて頂きま～す！今回も様々なイベントをご用意して皆さんのお越しをお待ちしておりますので是非お越しくださいね。

それではまた来月号で。 HALUでした。

話題のミニ情報

「ディズニーツムツム」



「LINE：ディズニーツムツム」は、LINE 株式会社が配信している無料（ゲーム内では任意で課金するコンテンツもあります）のスマートフォン向けゲームです。

制限時間1分以内で、ディズニーキャラクターがデフォルメされたぬいぐるみ「ツムツム」を3つ以上つなげて消していくというパズルゲーム。2014年1月のサービス開始以来、全世界で爆発的な人気となっています。

ミッキーマウスやドナルドダック、くまのプーさんなど、人気のディズニーキャラクターが勢ぞろいで、ルールや遊び方も簡単なことから、10～20代のゲーム好きと思われる若年層に限らず、中高年で楽しんでいる人も少なくありません。カラフルでかわいらしい図柄やシンプルなルール、パズル要素など、子どもから大人までたくさんの人たちの心を惹きつける要素が散りばめられています。

家族や友人同士で点数を競うこともでき、気軽なコミュニケーションツールとしても有効と言えそうです。



Click!



<http://kakaku.com>

ビックリ！ ワクワク！ ネットで見つけた面白ネタ！

ショッピング情報サイト「価格.com」

「価格.com」では、現在インターネット上に数多く存在しているネットショッピングに関し、各製品の情報をランキング形式で一覧表示しています。

欲しいものがある時、各店舗（のサイト）を一つ一つ見て回って製品の比較をするのは大変です。

けれども、価格.comではランキンガー覧で様々な店舗の製品ごとの価格、仕様、ユーザーレビューや情報、質問などをすべて確認でき、比べることができます。これにより、ユーザーレビューを閲覧して自分が求める様々な条件を満たしているかが確認でき、買いたい商品がある場合は最も安く購入できるショップを手軽に探すことができます。

さらに、あらかじめ決めていた製品の他に、同ジャンルで他に良い品がないかを検索することもできるため、1つの製品にこだわらず、安くても同等の機能が搭載されている他の製品を探すこともできます。

ランキングで新製品や、売れ筋、トレンドなども紹介。本当に欲しい製品をお得に入手できます。

ネットショッピングが盛んな昨今、数多くのネットユーザーにとってとても便利なサイトとなっています。





Q. インターネットの口コミ記事を参考に業者を選ぶつもりですが…

A. 口コミで「良いリフォーム業者」と高評価であっても、良いと評価する部分は人それぞれ異なるものです。

「値段が安い」「デザインがよい」「担当者の対応がよい」「大工さんの腕がよい」「高級感が得られた」などなど。大切なことは、何が良かったのか、その口コミの本質を見極める……という点です。

口コミでの評判を聞いたら、まずはど

こが良かったのか、どこが悪かったのかを具体的に詳しく調べ、自分が大切にしたいもの、求めるものを提供してくれるかどうかを、じっくり考えましょう。

誰もが満足する、万人に合うというようなりフォーム業者はいないものです。

大切なことは自分の価値観に合う業者であること、求めるものを叶えてくれるかどうか?なのです。



ちょっといい言葉

多くの忘却なくしては人生は暮らしていけない。

バルザック

生活の上では物事を「忘れる」ということで、困ったことになったり、他人に迷惑をかけたりすることは少なくありません。しかし一方で、人は何かを忘れることで前進できたり、新しいものを作り上げたり、手にしたりということもあります。生きていれば、悲しみや苦しみに心を支配されてしまうこともあります、時の流れとともにその痛みが少しずつ薄らぐ、つまり、

少しずつ忘れることで救われることもあります。目の前の出来事・物事はもちろん、胸の中の思い込みや「執着」から離れ、冷静な自分を取り戻すために「忘却」が最も有効な方法ということもあります。



あなたの元気を応援!

健康ナビ

新しい虫歯治療

虫歯の治療は、虫歯になった箇所をドリルで削って詰め物をするのが一般的です。

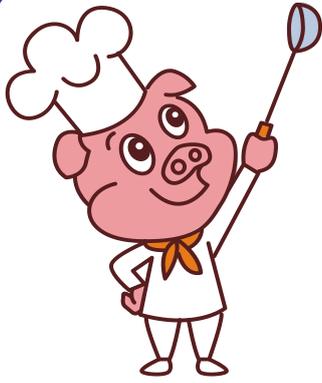
けれども、近年の研究では、虫歯になった箇所が小さいうちは、フッ素塗布や甘い物の摂取を制限するといったケアで虫歯の進行をおさえ、削らないまま歯を残すことが可能という成果が報告されています。

この研究チームを率いたオーストラリア・シドニー大学のエバンス准教授は、ポイントとして

- ① 初期段階の虫歯に高濃度のフッ素塗布治療を施す
- ② 正しい歯磨き方法を身につける
- ③ 砂糖入りのスナック菓子や飲み物の間食を控える
- ④ 虫歯の経過を観察し続ける

の4つを挙げています。この「オーラルケア」治療法の普及に期待が高まっています。②や③は自分でも挑戦できるので、意識してみると良さそうですね。





今月のオススメ

いさきのんにくハーブ焼き

(4人分) いさき4匹、にんにく(薄切り)2かけ、トマト2コ、
タイム(生)1パック ※なければセロリやパセリなどでもよい
塩、こしょう、オリーブ油、白ワインビネガー 各適宜

① いさきはウロコ、頭、内臓を取り、洗って水けをふき取る。盛りつけた時に表になる側の皮目に3~4ヶ所切り込みを入れ、にんにくを一切れずつはさむ。腹の中にタイムを入れ、塩・こしょう各少々をふって3~4分間おく。



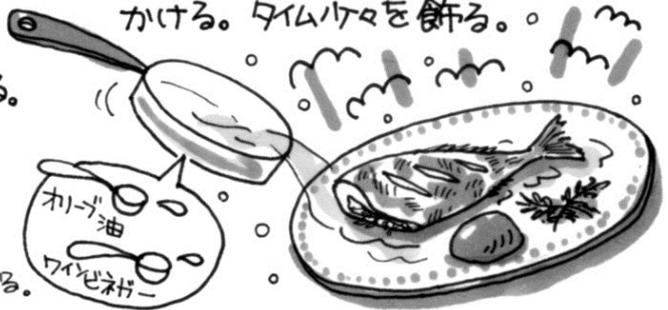
② トマトはヘタを取り、横半分に切って種を除く。



③ フライパンにオリーブ油大さじ1/2を熱して②を焼き、塩少々をふる。取り出して食べやすく切り、器に盛る。続けてオリーブ油大さじ1を加え、いさきのんにくをはさんだ面から先に入れて両面を焼き、器に並べる。



④ ③のフライパンにオリーブ油大さじ2とワインビネガー大さじ2を加えてひと煮立ちさせ、いさきの上に回しかける。タイム少々を飾る。



【参考】みんなのきょうの料理 <http://www.kyounoryouri.jp/>

いさきの旬は5~6月です。関東以南の各地で漁獲され、ほぼ通年出荷していますが、夏が産卵期であり、その直前の初夏が最もおいしいとされています。

いさきは白身系で、刺身にしてもよし、煮てもよしという魚ですが、やはり塩焼きを好まれる方が

多いようです。また、いさきの卵は魚卵の中でも最も美味といわれるほどに人気があります。

釣り魚としても重宝され、船釣り・磯釣りなどで非常に高い人気があります。

漢字では「伊佐幾」「伊佐木」「鶏魚」と書き、地域によっては「イサギ」と呼ぶところもあります。

日本の文化遺産

～犬山城～ 【国宝】

愛知県犬山市にあった城で、室町時代の天文6年(1537)に建てられました。今は天守のみが残っていますが、これは現存する日本最古の様式となっています。姫路城・松本城・彦根城・松江城と並んで、天守が国宝指定された5城の一つです。

織田信長の叔父・織田信康によって築かれ、木曾川沿いの小高い山の上に建てられた「後堅固(うしろけんご)の城」として戦国時代の攻防の要となりました。

明治4年(1871)廃藩置県で愛知県の所有となり、天守以外のほとんどの建物が取り壊され、明治24年(1891)には「濃尾大地震」によって天守が半壊するという大きな被

害にもあいました。(義援金によって修復)

数々の試練を乗り越え、昭和10年(1935)に国宝に指定、同27年(1952)規則改正に伴い再指定されました。

天守最上階には回廊があり、美しい木曾川の眺めや、御嶽山、岐阜城などを望むことができます。



犬山城 天守

外壁塗装工事 施工紹介

多可町

完成



施工前



一般的に、外壁の塗り替え時期として適しているのは、家を建ててから約10年目くらいの時期と言われています。

定期的に外壁を塗り替えることによって、家の美観を維持できますし、家の耐用年数が延びるため住宅の資産価値も高まります。

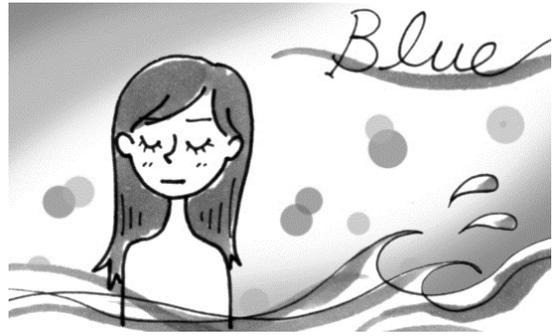
暮らしのフキ風水

「青」の風水

風水では、色によって司る運氣も違うため、インテリアなどに取り入れる場合もそれぞれ全く違った効果をもたらすことがあるのです。

例えば、好きな色としてよく名前が上がり、暑い季節によく用いられる「青」。青の持つ「冷静」「クール」という印象どおり、風水でも「水」の気を象徴する色として、衝動を抑え、心身をリラックスさせてくれる効果を持ちます。

一方で、水には樹木を育てる力があるので、青は「木」の気も持っている色と考えられています。木の気が影響すると言われる仕事運にも効果的。



ビジネスの場では「冷静であること」が成功の鍵ですし、何事も客観的に判断できる落ち着いた目が必要です。また、人を知的に見せてくれる色でもあります。ファッションなども、青を入れるとちょっと都会的でスタイリッシュになりますね。

但し、金運アップには向いていません。水は「流れる」という意味も持つため、「青い財布は散財しやすくなる」と言われ、「財布を選ぶ時には、青は避けた方が良い」は、風水に通じている人の間では常識のようです。

心のセラピー



～世界にあなたは～

世界に

あなたは

一人しかいないのだから、

自信を持って

あなた自身で

踏み出してください



「電車やバス内でのマナー」

通勤や通学時、電車やバスの中で他人の行動に「不快になった」「イライラした」という経験は誰でも一度くらいはあるのではないのでしょうか。

ヘッドフォンからの音漏れ、大声での会話、座席での通話、割り込み乗車、座り方が悪い、車内で化粧をする……というような、いわゆる「定番」とも言える不快なマナーの他に、最近の傾向としては、スマートフォンの操作アクションが下げさ、新聞を大きく広げている人の無神経さが嫌という声や、物を食べる



【駅と電車内の迷惑行為】 <http://www.mintetsu.or.jp/activity/enquete/2004.html>

人に対しても様々な意見があります。

そういう行動をとる側にしてみれば、周囲への配慮が欠けている、マナー意識が薄いといった他に、自分では気をつけているつもりが知らないうちに人に不快感を与えていた……ということもあるかもしれません。いわゆる「悪気はない」という行動ですから、注意をされることが心外だと逆に腹を立ててしまうことになるかもしれません。

自分がこういった立場であっても、何か嫌な思いをしたら、自分も他人に対して同じようなことをしていないか振り返ってみることが大切です。

しかし、一方で「高校生が妊婦さんに席を譲っていた」「隣の人が落し物を一緒に探してくれた」など車内での心温まるエピソードも目にします。

良いマナーの連鎖が、快適な車内環境につながっていく——そう信じて、一人一人が自ら「思いやりある行動」を心がけていければと思います。

いきいき ガーデニング

メロンの苗は、4月下旬～5月上旬ころに植えます。ゴールデンウィーク明けぐらいが適期とされています。苗は、本葉4～5枚で葉の色つやが良く、茎が太く節間の短いガッシリしたものを選びます。土壌病害に強い接ぎ木苗が良いでしょう。浅めに植え付け、苗の根鉢の上部が周りよりも少し高くなるようにします。地植えの場合は、90センチ間隔に、日光の当たる風通しの良い場所に植えてあげましょう。

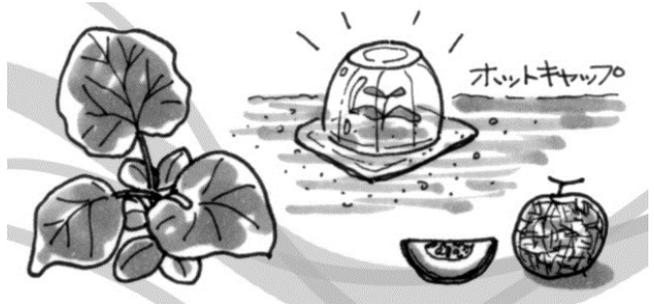
気温が15℃以下の場合は、ホットキャップを付けます。ホットキャップは急な冷え込みや強い風から苗を守るものですが、無い場合はビニールをかけるなどしましょう。

また、容器で栽培する場合は、野菜用の大型プラン

メロンの植え付け

ターに1株が目安です。長雨が苦手なので、雨の当たらない軒下に置くようにします。

メロンは孫づるに雌花が咲くのでそこまで丹念に手入れをします。まずは、最初のつる（親づる）が本葉5～6枚になったら、頂点の芽を摘み取り（摘心）、子づるが3本出るようにし、さらに適切な摘芯をくり返して孫づるを育て、花の開花へと導きましょう。



懸賞 に応募して 得しちゃおう!

みんなでうたおう! 盛り上がりよう!

「のどごし」でジョッキ型カラオケ機セットが当たる!

キリンビール「なかよしなら、のどならそう♪キャンペーン」

堺雅人、要潤、照英などの男性たちが、同窓会や温泉旅行、焼き肉会などで男同士で楽しみながら「のどごし」を飲むCMが印象的なキリンビールの第3のビール「のどごし」。楽しいCMの世界観がそのまま反映されたようなキャンペーンを実施中です!

対象製品に貼られている専用応募シールを12点集めて応募すると、みんなでわいわい楽しめる「のどカラデラックス」と名付けられたカラオケセットが当たるチャンス。ハンディタイプのカラオケ機セットで、「のどごしく生>」がセレクトしたカラオケソングが入ったジョッキ型のカラオケ機2台に、スピーカー付きマイクで、のどごしを飲みながら盛り上がりえます!

6点の応募なら、キャンペーン限定デザインボックスの「のどならボックス」に入った「のどごしく生>」または「のどごしオールライト」1ケースが当たる

チャンスもあります。まずは「のどごし」を飲みながらみんなで盛り上がり、さらに限定グッズを当て、もう一度盛り上がりましょう!



対象
商品

のどごし オールライト
のどごしく生>
のどごしく生>みんなで歌おう! デザイン缶

キリンビール「なかよしなら、のどならそう♪キャンペーン」

【賞品】

シール12点 A賞:のどカラ デラックス 1セット 1,000名

(ジョッキ型カラオケ機2台、スピーカー付きマイク3本)

シール6点 B賞:のどなら ボックス(350ml缶24本) 1箱 19,000名

【応募方法】

対象商品についている専用応募シールを、必要点数分集め、専用応募台紙の枠に貼り、必要事項記入。規定料金分の切手を貼って、郵送で応募。

【応募締切】2016年5月20日(金) ※当日消印有効

【応募サイト・詳細】

<http://www.kirin.co.jp/products/beer/nodogoshi/campaign/nodonara/>

または「キリンのどごし キャンペーン」で検索

