

あんそ倶楽部

2023.08

vol.66



夏の風物詩のひとつ、風鈴。その音を耳にすると心が癒され、涼を感じますよね。実は、風鈴の音で体温が下がるという説があります。風鈴の音色を聴き「風鈴が鳴っているということは、風が吹いていて涼しい」と脳が判断し、末梢神経に届く脳の指示によって、体温が下がると言われています。風鈴の音色は、人によって効果は違うかもしれませんが、暑い夏を乗り切るためのアイテムとしていかがでしょうか。

季節を感じる

汗をかく日のメンテナンス

汗をかくとミネラルやビタミンが排出されます。また食欲減退によりタンパク質も不足しがちです。そんな時は色鮮やかで、目からも元気がチャージできる、トマトとスイカの冷製スープがおすすめです。トマト2個・スイカ300g・玉ねぎ1/10個・レモン汁小さじ1・塩小さじ1/2・モzzarellaチーズ1個・オリーブオイル小さじ1。①トマト・スイカ・玉ねぎをミキサーで攪拌。②を器に盛り、モzzarellaチーズでタンパク質をオン。仕上げにオリーブオイルをたらします。



暮らしのヒント

台風に備えましょう

年々、台風が大型で強いものになってきました。台風で一番気を付けたいのは強風です。庭木が倒れたり、庭のものが飛んできて窓ガラスが割れたり、外壁が破損する可能性はないか、をチェックしておきましょう。台風は、反時計回りの巨大な渦巻きです。台風に備える時は、風向きにも注意しましょう。



香りのある暮らし

夏の香り

夏の香りと聞くと、どの様な香りを連想されるでしょうか。潮の香りやココナツの甘い香り、お祭りのソースのにおい。好きな香りは、疲労や過敏な神経を和らげてくれます。嗅覚からアプローチをして暑い夏を乗り切りましょう！夏におすすめの香りは、男女共に高い人気のシトラス系。オレンジ・マンダリン・グレープフルーツなど、柑橘系を中心に作られた、さっぱりと爽やかな香りです。集中力を高める効果があるので職場のフレグランスとしても適しています。



家族を守る

夏の防犯対策

夏のレジャーといえば、夏でも涼しい避暑地でのキャンプ。でも、近年はキャンプ場での盗難が多発しています。理由のひとつに、転売目的でキャンプ用品を盗む人がいること。対策として、周囲のキャンパーに挨拶をしておく。お互いに顔を覚えることで盗難防止につながります。テントから離れる時は、テントのファスナーに南京錠をかける。夜はセンサーライトを設置する。盗難対策用の防犯ブザーを付ける。などです。せっかくのキャンプを安心・安全に楽しみたいですね。



マネー講座

新型コロナ「5類」の医療費

5月に感染症法上の「5類」に移行した新型コロナウイルス。感染して治療を受けた時の自己負担額が以前より多くなりました。9月末までは、治療薬の公費負担と入院時の負担軽減がありますが、10月以降も続くかは未定です。現在の国の試算では、新型コロナ患者が外来で診療を受けた場合の自己負担額は、最大で4,170円。10月以降、公費負担がなくなった場合は、最大32,470円に上がるとしています。体のためにも感染や重症化にならないよう、規則正しい生活を心がけましょう。



今月の店舗News

構造見学会のお知らせ

8.19 sat.-20 sun.
10:00-17:00

構造を視る。



ご予約は
こちら

野洲市小篠原



地震に強い家を
建てるなら、
その基本を
しっかり学ぼう。

構造
見学会