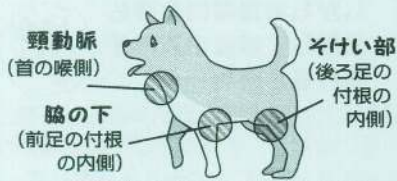


# ペットの熱中症対策

保冷剤で冷やす場所



留守番中のペットが熱中症にならないように気を付けましょう。

暑い季節は人間だけでなくペットも熱中症に注意が必要です。犬や猫は汗が出る分泌腺が足の裏や鼻の付近など一部にしかなく、人間のように汗をかくて体温を下げるできません。このため犬は口を大きく開けてハアハアと息をしたり、猫は全身を舐めたりすることで体温を下げたり、涼しい場所に寝そべることもあります。人間が汗をかくよりも効率が悪く、体に熱がこもりやすいため熱中症になる危険性が高いと考えられています。ペットが熱中症になった時は日陰などの涼しい場所に移動させ、体に水をかけたりタオルで包んだ保冷剤で冷やし、体温を下げて動物病院へ受診しましょう。

「土用」は四立(立春、立夏、立秋、立冬)の直前約18日間を指し、その期間に訪れる丑の日のことを「土用の丑」と言います。土用は季節の変わり目で体調を崩しやすく、夏の土用は梅雨明けと重なり重要視され、土用と言えば「夏の土用」を指すことが多くなったようです。



## 土用の丑



本日、土用の丑の日



うなぎを食べる由來(諸説あり)

江戸時代、夏に人気がなくうなぎが売れなくて困っていたうなぎ屋が蘭学者の平賀源内に相談し『うなぎのつく食べ物とうなぎを結び付けて店頭で「本日、土用の丑の日」と書いた貼紙をしたところ大繁盛。それを聞いた他のうなぎ屋も真似とうなぎを食える習慣が根付いたと言われています。



うなぎに限らず『うなぎのつく食べ物』を食える習慣もあります。暑さや季節の変わり目で体調が整わない時期こそ、胃に優しいうどん、瓜、梅干しや、精がつく牛や馬などが選ばれているようです。

土用の丑の日に食えるもの

# 住まいる通信



2024 Summer

さっぱり美味しい!

## うなぎの混ぜご飯

※材料は2人分

- ①ポリ袋の中に小口切りにしたきゅうり(1/2本)、しょうゆ(小さじ1)を入れ、空気を抜いて10分おいたら汁気を絞る。
- ②卵(1個)に塩(少々)とみりん(小さじ2)を加え炒り卵を作る。
- ③ボウルに温かいご飯(茶碗小盛り2杯)、①、②、うなぎのたれ(大さじ1)、白いりごま(大さじ1)を入れて混ぜておく。
- ④2cm幅に切ったうなぎ(1尾)をフライパンに入れ、しょうゆ(小さじ2)とみりん(大さじ1)を加え、ひと煮立ちさせる。
- ⑤③に④を加えざっくり混ぜて器に盛りつけ、お好みで山椒をふる。



エコに暮らそう!

## 雨水タンク

雨どいに設置して、雨水をタンクに貯めておく「雨水タンク」。貯めた水は洗車や家庭菜園の水やりに使えるだけでなく、災害時や断水時にはトイレの排水などにも活用できます。

市町村によっては雨水タンクの購入に助成金を出してくれるので、自治体のホームページなどで助成金の有無や条件を確認しましょう。



## 害虫の侵入を防ぐ

害虫が侵入しそうな場所を塞ぎましょう!

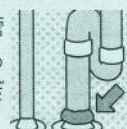
エアコン

ホースの壁穴 配管用パテなどを使って隙間を塞ぎましょう。



キッチンの隙間

排水口など配管の隙間を固まらないパテで塞ぎましょう。



部屋の換気口

フィルターを貼りましょう。



ドレンホース 防虫キャップを取り付けて。

## 舌苔

ぜったい



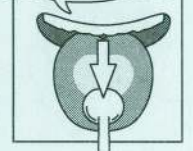
舌の表面に付着した白い苔状の細菌のかたまりを舌苔といい、口臭の原因や味覚の低下、さらには細菌を誤嚥して肺炎をもたらすこともあります。そのため、口臭が気になる方は舌苔を取り除きましょう。

舌苔を取り除く方法

舌ブラシ(またはやわらかい歯ブラシ)で奥から前方へ3回程度軽い力でかき出しましょう。少しずつ横に移動して、舌苔を取り除きます。

舌は傷つきやすいため過度なケアは逆効果。1日1回を目安に行いましょう。

初めて行う場合は1カ所につき2~3回程度にしましょう。



# お湯が使えない!! 給湯器 冬の故障は大変だ!!

寒いよ



サイン1.

湯温が安定しない

## 安全子エックも一緒に

- 給気口・排気口にホコリなどがある場合は取り除いて!
- 電源プラグにホコリがたまっていますか?
- 給湯器周辺に可燃物を置かないように!

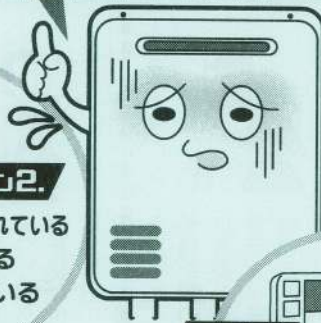


見逃さないで不調のサイン、夏のうちに点検や修理をご依頼ください



サイン2.

- 排気口がスズで汚れている
- 配管にヒビがある
- 外装がサビている
- 水漏れする



サイン3.

- リモコンが正常に作動しない
- たびたびエラーが出る

冬にお湯が使えないのはツライ!

しかも給湯器の故障も急増して部品の入荷が遅れることも...

入荷待ち

夏場はなんとか乗り切った給湯器も、冬場になると急に故障し、お湯が出なくなる事例が多々あります。「まだ大丈夫」と放置せず、早めに修理や買替えの検討をしましょう!



サイン4.

- 異常な音がある
- ガスの臭いや臭異がする



## 給湯器の買替え目安は10年~15年

バスタイムが楽しくなる機能が搭載された新モデルにしませんか?



◎ウルトラファインバブル  
微細な泡が洗浄効果を発揮。お掃除が楽になる!

◎UV除菌ユニット  
UV(紫外線)が浴槽のお湯を殺菌!

◎健康機能  
お風呂で体脂肪率が測定できる!

給湯器の点検修理、買替えのご相談はお気軽に当社まで!

給湯器全般承ります

ガス給湯器

石油給湯器

電気温水器

エコキュート

## シュワシュワ冷たい♪ クリームソーダゼリー

余ったサイダーを冷やして注げばシュワシュワ感アップ!



材料(2人分)  
サイダー 200ml  
バニラアイス 150g  
水 大さじ3  
かき氷シロップ(ブルー) 大さじ5  
レモン汁 大さじ1  
粉ゼラチン(ふやかし不要タイプ) 5g  
パイナップル(缶詰) 適量

作り方

- ①かき氷シロップと水を耐熱容器に入れ、600Wのレンジで40秒ほど加熱し、粉ゼラチンをふり入れてよく溶かす。ゼラチンが完全に溶けたらレモン汁を加える。
- ②①に常温のサイダーをゆっくり注ぎ入れよく混ぜる。  
※しばらく置いて残っている泡はすくい取ります。
- ③②をバットに流し入れてラップをし冷蔵庫で冷やし固める。
- ④崩したゼリーとアイスクリーム、ひと口大に切ったパイナップルを混ぜるようにグラスに入れる。

## 汗ばお季節のお風呂上がりのスキンケア

お風呂上がりは乾燥しやすいので、入浴や洗顔の後すぐに保湿が必要です。しかし夏場は汗が吹き出してしまって、なかなか保湿をできないこともあります。そんな時は素早く汗を引かせスキンケアしましょう。

汗をかいたままスキンケアすると...

汗と一緒に拭いてしまったり、汗が蒸発する時に肌の水分も一緒に蒸発してしまうので、効果は薄まってしまいます。



汗を素早く引かせる方法



冷やした濡れタオルを首にあてる。



冷水で手足を冷やす

浴室から出る前にスキンケアをすると効果的!

汗が引いたら浴室で化粧水やフェイスパックをつけてから体を拭きましょう。夏場でも乾燥やつっぱり感を感じる方におすすめです。



## 折り紙



折り紙の歴史は古く江戸時代に遊戯を目的として一般の人々に普及しました。折り紙はストレス解消や集中力、創造力を養います。また指先を使うことで脳を刺激し、記憶力の向上にもつながると言われています。子どもから大人まで心と身体のための健康づくりにおすすめです。

大阪ガス サービスショップ  
くらしプラス ナカジマ  
彦根店/彦根市平田町700-2 ☎ 0120-46-0411

中島商事(株) 本社/東近江市宮荘町61-5  
TEL 0749-65-7376 FAX 0749-65-7052