

太陽新聞

2025
03



今月の気になる中面は << 加湿器の効果は位置によって変わる!? >> をご紹介しています！

太陽塗装の現場レポート



Before

自分で塗るのは危ないのでプロにお願いしました



こちらの写真は、長年お世話になっているお客様からのご紹介で塗装をさせていただいたお宅です！長い間、太陽や風雨にさらされて色が薄くなり、剥げてしまった板壁をピカピカに蘇らせました♪
塗装の前には、傷んでいる部分をしっかり補修。これで安心して快適にお過ごしいただけます！施工後、お客様からは「昔は自分で塗っていたけど、年を取ってハシゴで登るのが危ないと感じていたから助かった」との嬉しいお言葉をいただきました(^^)
実は太陽塗装では、今回のようにご紹介を通じてお仕事をさせていただく機会がとて多いんです。地元の皆様のご厚意に感謝しながら、これからも心を込めて施工をしていきたいと思ひます！



After

ちょっとひとこと

私たちもこれから大忙しで走り回る日々がスタートします。でも、冬場と比べると段違いで作業しやすい春。やっぱり個人的に一番好きな季節です♪

春の工事お考えの方は
お早めにご相談ください



ただ毎年、「気候の良い春のうちに工事を頼みたかったのに、予約でいっぱいの間合わなかった…」という声をよく耳にします。春に工事をお考えの方は、今のうちに見積もりを取らないと間に合わない可能性も…！ぜひお早めにご相談くださいね！

季節のまめ知識 3月

黄砂とは？

黄砂とは、おもに中国の黄土砂漠やゴビ砂漠、タクラマカン砂漠などに広がる黄土地帯の細かい砂粒が風によって空高く吹き上げられ、大気中に広がり空一面を覆う現象をいいます。この吹き上げられた砂塵が上空の風に乗れ、日本にも運ばれてくる事があります。

黄砂



編集後記



小学校6年生の長男がクラブチームでサッカーをしています。1月から九州大会の予選が始まり、健闘しましたが惜しくもベスト8で敗退…。九州大会まで勝ち進んで、優勝できたら最高でしたが、何よりも長男が全力で頑張る姿を見られてとても誇らしく思いました(^^)私が子どもの頃と比べるとサッカーをする子が減っていますが、それでも親子で熱を入れて盛り上がっています。

穴埋め 二字熟語

□に漢字を入れて、二字熟語を完成させましょう！矢印の方向に熟語が出来るように考えてね。

答えは中面でCHECK!



最後までお読みくださりありがとうございます。

こんにちは 徳永です



3月になり、少しずつ春の気配を感じるようになりましたね。1月の大学共通テストや、お子さん・お孫さんの中学や高校受験が終わって、ホッとされている方も多いのではないのでしょうか？4月からの新しいスタートに向けて何か始める方も増える季節ですが、忙しくなる前に、このニュースレターを読んでホッと一息ついていただけたら嬉しいです♪今月どうぞよろしくお祈りします！



新生活 楽しみですね♪

今月の健康レシピ大百科は

カレー肉じゃが



今月のPickup

自宅を塗装しました！

先日、私の自宅を塗装する工事が完了しました(^^)塗装工事会社の社長として「自分の家もちゃんと綺麗に仕上がって～」と思い立ち、15年ぶりに塗り直しました。ただ、余った塗料で塗ったので特別感はありません(笑)。今回は15年ぶりということで外壁に傷みがあったため、下地処理から丁寧に行ってしっかりと塗膜が剥がれないように施工しました。塗装工事はいくら高級な塗料を使っても、下地処理が甘いとうまく効果を発揮できません。これから塗装を検討している方は、見積もりをもらうときに「下地処理はどうやるの？」と業者さんに詳しく聞いてみてくださいね。これだけでも良し悪しを判断できると思います。





穴埋め

二字熟語

次号もお楽しみに!

備蓄積熱

暮らしの防犯豆知識

落とし物をしてしまったら... 「遺失物届」のポイント

●「遺失物届」とは

落とし物、忘れ物が届けられた場合、遺失者にご連絡できるようにするための届出のことで。なお、自宅、会社や海外での落とし物、忘れ物は対象になりません。

●遺失物届のポイント

①日時・場所について

落とし物(忘れた)日時、場所をできるだけ明らかにしてください。拾得された日時、場所と照合するための重要な情報になります。



②記名や個別番号について

記名(カタカナや漢字)や個別の番号があれば伝えましょう。キャッシュカード(カタカナ・口座番号)等、拾得物件に記載されている記名と遺失届の記名がシステムで一致することにより、速やかに遺失者にご連絡することができます。

③色・形などの特徴

落とし物の色、形などの特徴(物件の内側に傷、写真が貼ってある、キャラクターの飾りがついているなど)を基に拾得されていないかを照合します。



④遺失物届は早めに提出

警察に届けられた拾得物件の保管期限は3か月間です。この間に遺失者が判明しなければ、返還を受けることができなくなってしまいますので、落とし物(忘れた)ことに気づいたら、すぐに遺失届を提出してください。遺失届が提出されないと、照合等ができず、落とし主に連絡が取れない場合があります。



⑤ウェブサイト検索

各都道府県警察ウェブサイトでは拾得物情報を公表しており、検索することができます。

まずは慌てず
早めに遺失物届を
提出しましょう!

ご存じですか? ぼた餅とおはぎの違いは何?

春のお彼岸はぼた餅を食べますが、ぼた餅とおはぎは基本的に同じで食べる季節で名前が違ってきます。ぼた餅はあずきの粒を春に咲くぼたに見立てたもので、あずきの赤色には災難が身に降りかからないようにするおまじないの効果があると信じられ邪気を払う食べ物としての信仰が先祖の供養と結びついたと言われてます。



健康レシピ 大百科

今日の献立 《カレー肉じゃが》

【材料】(2人分)

豚もも薄切り	100g
じゃがいも	2個
玉ねぎ	1/2 個
にんじん	1/4 本
サラダ油	大さじ 1/2
ピーマン	1個
だし	1カップ
酒	大さじ1
A 砂糖	大さじ1
塩	小さじ 1/4
しょうゆ	大さじ1
カレールー	1/2 かけ (10g)

【つくりかた】

- ① 豚肉は一口大に切る。じゃがいもは大きめに切り、水にさらす。玉ねぎはくし形に、にんじんは乱切りにする。
- ② 鍋にサラダ油を熱して玉ねぎを炒め、豚肉を加えて炒め合わせる。じゃがいも、にんじんも加えて炒める。
- ③ ②にAも加え、沸騰したらアクをとり、蓋をして弱火で20分煮る。1cm 角に切ったピーマンを加え、カレールーも煮とかし、さらに4~5分煮たらできあがり。



大人も子供もみんな大好き!
甘辛味でごはんの進む
カレー風味の肉じゃがです。

加湿器の効果は置き位置によって変わる!?

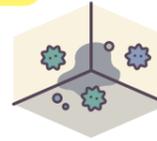
加湿器は、部屋のどこに置いて同じと思っていませんか?

実は、置き場所によってはまったく効果がなかったり、結露や細菌が発生したり、問題が発生することもあります。ここでは、加湿器を置いてはいけない場所や、おすすめの置き場所について紹介します。

加湿器を置いてはいけない場所

①壁際▼

加湿器を壁際に置くくと水蒸気が壁にあたり、カビが発生する原因になる場合があります。



②出入り口の近くや換気扇の真下▼

出入り口や換気扇の真下は、空気の入りが激しい場所です。加湿器から出た水蒸気がすぐに外に出てしまい、部屋全体に行き渡らなくなります。

③窓の近く▼

断熱構造ではない普通の窓は、ほぼ外気温と同じ温度まで冷えているので、窓の近くは空気が冷えやすい場所です。加湿器から出た水蒸気がすぐに結露してしまうので、加湿器を置くには最も適していません。

④エアコンの下▼

加湿器の湿度センサーが誤作動を起こし、正しい湿度が計測できなくなります。



⑤紙類の近く▼

加湿器から出た水蒸気が紙にあたることで、ふやけてしまうことがあります。



⑥水蒸気吹き出し口が床から30センチよりも低くなる場所▼

加湿器の水蒸気吹き出し口を床に近い高さにしてしまうと、冷たい空気の中に水蒸気が吹き出されることになります。水蒸気が冷やされて結露になるので床が濡れてしまいます。

⑦水蒸気が直接肌に当たる場所▼

肌についた水蒸気が蒸発する際に水分が持っていかれるため、肌の乾燥を進めてしまいます。

おすすめの置き場所

■リビングまたはオフィスでは

最も効率良く加湿したいなら部屋の真ん中に置くのがおすすめです。加湿器を部屋の真ん中に置くことで、暖かい空気に水蒸気を溶かして、全体に拡散させることができます。

部屋の真ん中に加湿器を置くことが難しい場合は、エアコンの吸入口(部屋の空気を取り込む部分)の近くに加湿器を置きましょう。加湿器から放出された水蒸気をたっぷり含んだ空気が効率良くエアコンに吸入されれば、エアコンを通して部屋全体に拡散し、効率良く部屋の湿度を上げられます。

■寝室では

基本的なルールはリビングやオフィスの場合と同じです。部屋の真ん中に置くのは難しいことが多いので、家具や窓が近くにないのなら、エアコンの吸入口の近くに置くのがおすすめです。小型の加湿器であれば、直接水蒸気がかからない程度の距離の、ベッドサイドに置くのもいいでしょう。



就寝時はタイマー設定を使いましょう

肌や喉を乾燥から守るには、寝るときも加湿器をつけっぱなしにしておいたほうが良さそうな気がしますが、就寝時に加湿器をつけっぱなしにしておくのは推奨できません。湿度が上がらず、あちこちで結露が発生したりしかねません。カビや細菌が繁殖しやすい環境になってしまいます。就寝時に加湿器を使う際は、タイマー設定を使って一定時間後に電源が切れるようにしておきましょう。

暮らしのヒント

「たかが風邪」とあなどっていたら 治りが悪いし、こじらせてしまうことも...

風邪は安静にしていれば治る病気ですが、いつもと同じように過ごしていると、どんどん症状が悪化する場合があります。風邪のひきははじめの対処法は?

●風邪のひきははじめのサイン

- ①寒気がする/急にゾクゾクとした悪寒がして体が震えたり、厚着をしたり室温を上げても寒気が治まらないことがあります。これは、体温を上げてウイルスと戦うために、体が筋肉を震わせることで起こる現象です。
- ②ボーっとする/頭がボーっとしたり、異常な眠気に襲われて、仕事や勉強に集中できなくなることがあります。
- ③鼻やのどに違和感がある/鼻がムズムズしたり、のどがイガイガするような不快感を覚えることがあります。



●風邪のひきははじめにしたいこと

- ①十分に睡眠/まずは十分に眠り、体力の回復に努めましょう。テレビやゲームもしばらくお休みに。
- ②体を温める/風邪のひきははじめは、体を温かくして熱を上げましょう。発熱は体がウイルスと戦うために必要な反応なので、38℃くらいまでは無理に下げずに様子を見ます。汗をかきすぎるとかえって体が冷えるので、心地よい程度に温かくしてください。熱が下がってきたら、薄着にして首の後ろや脇の下をタオルでくるんだ保冷剤などで冷やします。



忘れず!! 水分補給

発熱による脱水症状を防ぐため、こまめに水分を補給しましょう。体が冷えないように、常温か温かい飲み物を摂るのがおすすめです。栄養ドリンクやエナジードリンクは、薬との飲み合わせが悪い成分が含まれていることがあるので、風邪薬や咳止め薬などを服用しているときは避けた方が無難です。



常温か温かい物を飲みましょう!