

amuse amis



ふくじゅそう

CO2の数百倍から数万倍

地球温暖化の原因と一口で、CO2をすべしに思い浮かべますが、私たちの身近な暮らしの中にはCO2の数百倍から数万倍も強力な温室効果ガスが潜んでいることを知っていますか？

それは、エアコンや冷凍・冷蔵庫などの冷媒や断熱材、エアソールなどに使われている「フロン類」です。最近では、フロン類を使わない技術やさまざまなノンフロン製品が開発されています。

地球温暖化やオゾン層破壊を防ぐために、できるだけノンフロン製品を選ぶようにしましょう。

節電やリサイクルの努力が無駄に

フロン類は燃えにくく、人体に毒性がなく、化学的にも安定しているなど、多くの利点があることから私たちの身の回りにある用途に幅広く使われてきました。

身近な暮らしの中では、前述のように、家庭用の冷凍・冷蔵庫、エアコン、カーエアコンなどに使われています。オフィスや街中では、冷凍・冷蔵ショーケースや輸送用冷凍・冷蔵ユニット、自動販売機などの冷媒として使われています。

このように、便利な物質として利用されてきたフロン類ですが、大気中に放出されてしまうと、地球の大気圏を取り巻くオゾン層を破壊し、地球に降り注ぐ有害な紫外線を増やすこ

とが分かってきました。

フロン類は少量でも空気中に漏れてしまうと、CO2の排出量を減らすために私たちが日常生活の中で行っている節電やリサイクルなどの努力も大きく損なわれてしまいます。

進む代替技術や製品の開発

エアコンやショーケースなどを使っていて、冷えが悪くなったと感じたときは、フロン類が漏れている可能性があるのですが、信頼できる専門業者に依頼して、早めに点検・修理をしてもらいましょう。

家庭用のエアコンや冷蔵庫などは「家電リサイクル法」によって、カーエアコンなどは「自動車リサイクル法」によって、冷媒フロン類の回収が行われています。

最近では、フロン類よりも環境負荷の少ない冷媒としてアノニアやCO2、水、炭化水素、空気などを使用する技術や製品開発が進んでいます。オゾン層を守り、地球温暖化を防ぐために、家庭やオフィス、店舗など、さまざまな場所でノンフロン製品を広めていきたいものです。



ノンフロンガス製品を使おう

わが家のペット自慢 72回 ウチの子みて

飼い主 馬籠家
住所 福島県いわき市

電話 0246-58-7225
E-mail amoureuse-balloon.com



なまえ はなちゃん
しゅるい 雑種
せいべつ メス
ねんれい 1才7ヶ月
おもさ 5.6キログラム
せいかく おとなしい
とくぎ おすわり・ボール拾い

はな のひとこと
車に乗って、海や山を見ながら
ドライブが大好き～♪♪♪

コメント みなさまの可愛いペットの紹介をしています。
載せて見たいかたは、弊社のスタッフまたは、メールにて写真と紹介項目を
書いて応募ください。 **メールアドレス info@amuse-ami.net**

ペット豆知識

冬毛に着替えをした犬たちも、人間と同じように寒いもの。体調に注意して快適に過ごさせてあげましょう。

よほどの寒いところでない限り、積極的に暖房などを強める必要はありませんが、肉厚の敷物や市販のペットなど暖かい場所を用意してあげると良いでしょう。

散歩は犬にとって大きな楽しみの一つであることから、寒いから・・・と言って散歩を省略してしまうのは良くありません。

「犬の冬の健康管理」

犬の冬毛は、アンダーコートと呼ばれる柔らかく短い下毛が増えることにより保温性を増しています。人で言えば厚く温かい下着を一枚追加したような状態です。ブラッシングによって毛を抜いてしまうと寒いのでは・・・?と考えてブラッシングを控える飼い主もいますが、適度なブラッシングは抜け毛を取り除き、皮膚をマッサージして健康なアンダーコートの発毛を促進しますので、冬の間も是非行ってあげて下さい。

ストップthe地球温暖化! 私たちの毎日の生活から!

冬HINTのヒント

●まずは熱を逃がさない。

風間は太陽の光をなるべく取り込むように、カーテンやブラインドを開けましょう。

夕方になったら、早めにカーテンや戸を閉めることで、温まった室内の熱をキープ出来ます。また、フローリングはカーペットを1枚敷くだけで足元から暖かくなります。

●次は暖房効果を高めたり、暖房の代わりに暖をとる方法

1部屋での家族回らん。照明も暖房も1部屋分ですみます。

セーターに厚手の靴下、ハイテク保温下着などでほっこり。こたつ、毛布、湯たんぽ・・・上手に使って温か

節電。

鍋物など、温かいものを食べて、内側から身体を温めるのも効果的です。

エコのヒント

●張り紙

家族や職場のみんなと電気使用量が減らせる効果大です。

照明を消す、とりあえず使い終わった電化製品のスイッチを切る・・・というのはほぼ無意識なくらい習慣化されています。無意識な習慣を、エコアクション化する良い方法が「張り紙」です。

紙でなくとも、シールなどもOK、カンタンで、効果はバッチリです。

お子さんが描いたしろくまさんが「電気消してね!」と言っていたら、きつとお子さんもお父さんも「ハイ」と素直に協力するはずですね。

全員で「注意事項」をシユアラするのと「お約束」感が生まれます。



こまめに消してね!

〜になります。

■Q ■ ファーストフードのドライブスルーを利用したとき「ハンバーガーとコーヒーになります」と言ったら商品が渡されました。こういうときの「〜になります」が気になるのですが。

■A ■ ファーストフードに限らず、ファミリーストランなどで注文した料理が運ばれてきたときにも使われる表現です。恐らく、それぞれの店のマニュアルに書いてあるのでしょーうが「それなら、ハンバーガーになってみる!」と突っ込みを入れたくなります。こういう言い方が広まる前は「〜でございます」が普通でした。しかし、なんとなく堅苦しい感じが残る。〜です」という言い方に代

えることもできますが、少し丁寧さが足りない。そこで、より丁寧な気持ちで「〜になります」という言い方が増えてきたという考え方が有力です。

言葉のヒント

ゆで卵の極意

ゆで卵は毎日の食卓やお弁当のアイテムとして欠かせません。上手につくる秘訣をご紹介します。

大切なのはゆでる前の温度。冷蔵庫に入っていた卵をそのままゆでると中身が膨張するので、ゆでている途中で卵にひび割れができてしまいます。まず室温に戻してからゆでましょう。

味や食感は沸騰後のゆで時間が決め手です。沸騰後3〜4分は黄身がトロツとした半熟、7〜8分はしっかりと状態、11〜12分経つと黄身がしっかりと固まります。

殻をきれいにむくためには、ゆで上がった卵を、ただちに流水で冷やすようにするのがコツ。こじする温度差で殻と中身との間に隙間ができるので殻がむけやすくなるのです。

生活のヒント



お客様の声

「還暦を迎えて」

田村郡小野町

宇佐見重子

昨年6月に還暦祝いを兼ねての同級会をする予定でした。けれど、3.11東日本大震災という未曾有の出来事があり、放射能、風評被害、数多くの問題があった昨年でした。

そんな中、遅れはしましたが今年の1月14～15日と、磐梯熱海の清陵山倶楽部にて数多くの参加により還暦祝いを出来たことは、大変うれしい限りです。

神主の無病息災の祈願が済み、久しぶりの友にも会えて、夜の更けるのも忘れ、酒を酌み交わしながら昔話に盛り上がり、親睦も深まりました。

また、3年後に会おうと約束をしながらそれぞれの帰路へ別れて行きました。3年後、みんなと再会が楽しみです。

露天風呂探訪

第59回

社長の湯・遊ぎんま

東屋
白布高湯温泉



白布温泉東屋

先月冬季通行止めで行けなかった米沢の白布温泉に再度目的地とした。
福島市のお客様から仕事の見積もり依頼があり、合わせで出かけることにした。
磐越自動車道小野ICから乗り、福島西ICで一旦降り、お客様との打ち合わせ、見積もりを済ませ、国道13号線を一歩米沢へと車を進めた。

道路は除雪が行き届いていて心配なく走れる。長いトンネルを過ぎ米沢市に入ると、道路の除雪した左右の雪の量も多くなる。景色も雪国の銀世界の景色に包まれる。
市内のGSにて給油をし、白布温泉までの時間を尋ねると、30～40分かるといふ。周りは銀世界だが道路はきれいに除雪されていて、30分ぐらいで白布温泉にたどり着く。
先ず目に入るのが西屋の雪に覆われた萱葺の旅館が、斎藤清の絵に代表されるような情緒をかもしだしている。築300年が経っているという。白布温泉は開湯700年。海拔820mの高さに位置し、古くから奥羽三高湯のひとつ（信夫高湯、最上高湯）とされ、現在は天元台高原スキー

場の宿泊地としても利用されている温泉郷である。

せっかくここまで来たのだから、欲張って西屋と東屋の2軒の温泉に浸かって行くことにした。まずは、築300年経つという文化財建築を持ち、鎌倉時代から文化を今に伝える西屋、玄関をくぐると、黒光りした柱、年代を思わせる静かな雰囲気迎えられる。

温泉に案内されると、内湯のみであるが、高い所の3本のところから流れ落ちる温泉と湯壺に落ちる音に驚かされる。肩を叩いてもらうと、ちょっと衝撃は強いが気持ちが良い。

次があるので長居はせず、東屋に移動する。

車を下の駐車場に止め、旅館までは勾配のある坂道を歩くことになるが、その坂道に雪を溶かすために温泉を流してある。東屋は過去に火災にあって再建したということで、大きな梁（ハリ）が天井まで見え、和風の縦長の照明が天井から垂れている近代的な造りとなっている。

温泉はこちらも高いところから落としている湯滝がある。泉質は無色、透明、臭気も味もないカルシウム 硫酸塩泉（アルカリ土類泉）また、露天風呂（混浴ではない）があり、露天風呂の淵まで迫った雪を感じながら、冬ならではの情景に酔いながらゆったりと浸かって白布温泉を後にした。帰りは国道121号線を喜多方へ会津若松IC経由磐越自動車道（今は無料）で帰路に着いた。



白布温泉西屋

山形県米沢市大字関 1537
東屋 TEL0238-55-2011
好感度 ★★★★★

健康そうだん室



耳鳴り

それ自体は病気ではない

周囲の環境とは無関係に、耳や頭の中でさまざまな音が聞こえる状態を耳鳴りといいます。耳鳴りは「症状の一種」として現れるものであり、それ自体が病気ではありません。しかし、わが国では600万人以上が悩んでいるといわれます。

●大きく3つに分けられる

耳鳴りの感じ方は人によって異なります。さほど苦痛に思わない人もいれば、日常生活に支障をきたすほど、ひどい状況の人もいます。

耳鳴りは大きく3つのタイプに分けられます。まず、本人にしか聞こえない「自覚的」なものとは他人にも聞こえる「他覚的」があります。ほとんどの耳鳴りは「自覚的」です。次に、難聴の有無によって難聴を伴う「難聴性」と伴わない「無難聴性」があります。そして、発症期間によって3～6カ月以内の「急性」と6カ月を超える「慢性」とに分けられます。

●原因となる病気の治療を

初めに触れたように、耳鳴りは、それ自体が病気ではな

いので、耳鳴りを起こす原因となる病気を治療すれば、耳鳴りを和らげたり減らしたりすることができるはずで

す。耳鳴りの治療法には薬物療法、心理療法、TRTなどがあります。薬物療法には内服薬、注射、直接注入などの方法があります。どれを選ぶかは症状や程度によって決まります。

●気長に慣れさせる療法も

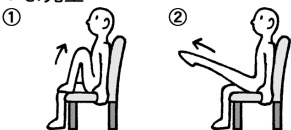
耳鳴りは精神的な緊張やストレスから起きることもあるので、専門カウンセラーによる心理的な療法にも一定の効果があるとされています。

TRTは耳鳴りの音を無くすのではなく、慣れさせることに重きを置いた治療法です。効果は1～3カ月で始め、1～2年ほどで順応できるとされています。

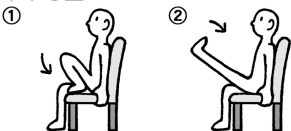
腹筋の効果的な鍛え方

ビューティサロン

つま先型



かかと型



人は真っ直ぐに立ったとき、足の裏のどこに重心を乗せているかで「つま先型」と「かかと型」に分かれます。からだを動かすときに重心を乗せている場所で判断します。

これは腹筋を鍛えるときの参考になります。「つま先型」はつま先を伸ばし「かかと型」はつま先を自分側に向けて脚を収縮、弛緩すると気持ちよく筋肉を使うことができます。「つま先型」は①椅子に座り、ひざをみぞおちに近づけるように脚を上げる②静かに脚とつま先を真っ直ぐ伸ばす——を10回繰り返します。

「かかと型」は①椅子に座り、かかとをお尻に近づける②静かに脚を真っ直ぐ伸ばしつま先は自分側に倒す——を10回繰り返します。



アミゼ・アミ編集部日記

社長歳時記

寒冬

先日東京では6年ぶりに4センチの雪が積もり、滑って転んだり、交通事故が発生したりと400人余りが病院に運ばれパニック状態になったようである。また、雪には慣れている雪国にとっても例年にない積雪に、屋根の雪下ろしなど苦労しているニュースが連日ながれている。こんな年は寒冬と言ってしまう。

暖冬とは良く聞く言葉であるが、寒冬とはあまり聞かない言葉である。冬は寒いの当たり前で、『頭痛が痛い』『危険が危ない』とか、『昼食を食べる』(昼食をとるが正しい)昼食は食べ物でないから食べられないのである。理屈をこねても仕方ないが、なんか変に思えてしまう。だったら平年並みの寒さはなんとというかと調べたら並冬と言ってしまう。ちなみにこれらは気象庁の天気予報用語らしい。

私どもの住む小野町は積雪は多いときで30センチくらいであるが、今年マイナス12℃まで下がった。

旭山動物園で有名な旭川ではマイナス41℃の記録があるという。これも天が我々に与えた試練と思ひ、真摯に受け取る気持ちと寒さに負けない身体を養って行きたいと思う。とは言っても寒いのは大変ですね。

季節から御身大切に活動ください。

根本保雄

MESSAGE

「ここ一番の寒さ」



こんにちは、毎日寒い日が続いていますが、皆さんおかわりありませんか。

暦の上では立春ですがまだまださむいですね。でもこれからは、春、夏と気持ちもあたたかくなるような季節が待っています。

私も早いものでアミゼにお世話になり8年目になります。まだまだわからないことがあり皆さんとコミュニケーションをはかりながら仕事に頑張っていきます。

皆さんの家の不用品整理からハウスクリーニングなどのご相談がありましたらいつでもお電話下さい。私たちが頑張ります。

まだまだ寒い日が続きますので皆さんも身体に気をつけて！

私も一所懸命がんばります。

ハウスクエア事業部 西牧ヨシ子

・会社名
・営業内容

株式会社 アミゼ

◆リースキン事業部 ◆ハウスクエア事業部

◆遺品整理・不用品整理事業部

◆一般・産業廃棄物収集運搬処理事業部

◆コーヒーサービス事業部

◆通信販売事業部

・会社の場所

本社 〒963-3314 福島県田村郡小野町大字塩庭字大六18

営業地域 福島県全域

郡山・いわき・福島・会津・白河

・連絡先

全店共通 Tel 0120-37-5472 Fax 0247-72-5472

ホームページ

アミゼ

検索

※ ホームページ リニューアルしました

今月も読んでくれて
ありがとう。来月も
一生懸命作ります。
お楽しみに！

