

🐾 地域のお客様と共に 🐾

# With



2024年  
7月号

— お役立ち情報誌 —



いつも頼れる住医であいたい。

株式会社 **江田建設**

鳥栖市曾根崎町1446-1

Tel **0942-82-1615**

Fax **0942-82-1617**

<http://www.eda-kensetsu.co.jp>





# お出かけ情報♪



## ●如意輪寺 風鈴祭り

～8月31日(土)

涼やかな音色に願いを込めて…

夏を無事に越せるようにと、「風鈴」に願いを書いて境内奉納する「風鈴まつり」。願いの書かれた風鈴の音色が夏の暑さを忘れさせてくれそう。

場所/如意輪寺(かえる寺)小都市横隈 1729

問い合わせ先/ 0942-75-5294



## ●浜崎祇園祭 7月20日(土)・21日(日)

九州最大級の山笠が町を勇壮に練り歩く

江戸時代中期(西暦 1753 年)に疫病退散と五穀豊穡を祈念し始まった伝統行事。高さ 15m の 3 台の飾り山笠を約 150 人の締め込み姿の男たちが引き回す勇壮な祭りで、笛や太鼓に三味線が加わる独特なお囃子と祭りの終盤に巨大山笠を何度も旋回させる大まぎりは必見。市重要無形民俗文化財指定。

場所/佐賀県 諏訪神社周辺 唐津市浜玉町浜崎 1181

問い合わせ先/ 0955-53-7105



## ●第 19 回 吉野ヶ里町「夏」ふれあい祭り 7月27日(土)

吉野ヶ里歴史公園で開催される花火大会

吉野ヶ里歴史公園を会場に、昼間は水鉄砲づくりやマウンテンバイク体験のほか、ステージイベント、吉野ヶ里町の伝統芸能「赤熊太鼓」の演奏が催される。夜には、大きなやぐらを囲んだ「盆踊り」、お笑いライブ、打ち上げ花火なども行われる。各種体験コーナーやステージイベント、夏の風物詩である盆踊り、芸能ステージなどイベントが盛りだくさん。会場内では様々な出店が立ち並び、吉野ヶ里マルシェも実施される。また、今年は花火が復活。会場内で観覧でき、目の前で花火を楽しむことができる。

場所/吉野ヶ里歴史公園 佐賀県神埼郡吉野ヶ里町田手 1843

問い合わせ先/ 0952-37-0350



## ●ひまわり摘みイベント 7月27日(土)～8月18日(日)

のこのしまアイランドパークでヒマワリを摘み取るイベントが開催。園内の 4 つの畑に 10 日ほど時期をずらしてヒマワリが植えられており、それぞれの畑で順番に見頃を迎える。畑一面に広がる満開のヒマワリは 1 人 1 本無料で摘み取ることができ、色鮮やかなヒマワリを自宅に持ち帰ることができる。会場ではフーゲンピリアやケイトウ、サルビアなどの花が観賞できるほか、入口売店でサイダーやラムネなどのドリンクが販売される。

場所/のこのしまアイランドパーク 福岡県福岡市西区能古島

問い合わせ先/ 092-881-2494



# 家族で楽しむ辛すぎない



## ヤンニョムチキン



### 【材料】(2人前)

鶏胸肉・・・1枚 片栗粉・・・大さじ5 サラダ油・・・大さじ2

A (酒 大さじ2 塩 小さじ1 砂糖 小さじ2 すりおろしニンニク 小さじ1)

B (ケチャップ 大さじ2 ・ コチュジャン 小さじ1 ・ 砂糖 大さじ1 )

### 【作り方】

- ① 鶏胸肉はそぎ切りにして、Aをまぶす。
- ② ポリ袋に①を入れ片栗粉をまぶす。
- ③ フライパンにサラダ油を入れて②の鶏肉を揚げ焼きにする。
- ④ 両面焼けたら、余分な油をキッチンペーパーでふきとり、Bを絡めたら出来上がり♪

冷めても美味しいのでお弁当にも GOOD！

# はじめ、むしむし 梅雨時を快適に過ごす住まいの工夫

## 住まいの快適レポート

じっとり蒸し暑い梅雨シーズン。体の不調をはじめ、住宅にもさまざまな悪影響をもたらします。ちょっとした工夫で快適な暮らしを実現しましょう！

### 高温多湿が招く、悪影響

#### ●体の不調

湿度や温度、気圧の変化などにより自律神経が乱れがちに。倦怠感や頭痛、食欲不振などの不調を招くと考えられています。

#### ●住まいへのダメージ

カビやダニ、結露などが発生しやすく、住宅をはじめ家具や衣類、また食品などを劣化させる要因につながります。



### 快適な住まいをキープするポイント

湿気対策の基本は換気です。湿気は空気の動きにくい場所に溜まりやすいので、空気の出入り口を2箇所対面する形で設け、風通しをよくすることを心がけましょう。除湿器やエアコンのドライ機能を活用するのも有効です。

#### カビやダニの好む条件



- 室内温度 20℃～30℃
- 湿度 70%～

### 湿気の溜まりやすい場所を重点チェックして、カビ・ダニ・結露の発生を抑制

#### 浴室

入浴後は、十分な換気を徹底。また壁や床に冷水シャワーをかけると、カビの増殖を予防できます。

#### 靴箱&クローゼット

1日1回は扉を開けるほか、扇風機で空気の循環を。除湿剤や湿気吸収に役立つ新聞紙を置くのも最適です。特に雨で濡れた靴はカビの好む場所。よく乾かしてから収納するように。

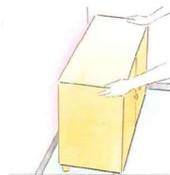


#### 窓

室内外の温度差が大きい窓は結露が発生しやすく、カビやダニの繁殖要因のひとつに。食器用洗剤を用いてこまめに窓拭きをしましょう。市販の結露防止スプレーを吹きかけるのもおすすめです。

#### 家具の配置

家具を配置している場所は、湿気がこもりがちで注意が必要です。できるだけ壁との間に隙間を空けて、風の通り道を作りましょう。



## 編集後記

ほっとひと息。

ここ数年事務所の小さな畑で野菜を育てて楽しんでます。ルッコラや小松菜を楽しみながら育てていましたがもうすぐ収穫の時にたくさんの虫食い。モンシロチョウの幼虫です。手でつまみながら退治しますが、次々と現れます！敵を倒す前に相手を調べると、卵～幼虫になるのに3日・幼虫～蛹になるのに10日（この間に食べられました）なんとオスの一生は10日。何だか可哀想になり、どうぞ食べてです！葉物は秋に植えます。農業って奥深い日々勉強です！

発行者 株式会社 江田建設 編集長 江田祥子  
TEL 0942-82-1615 FAX 0942-82-1617  
e-mail shoko@eda-kensetsu.co.jp

発行日 令和6年7月1日

そうだったの!?



## 暮らしの中の仏教まめ知識



### 第35回 『機嫌 きげん』

人の気分の善し悪しを表現するときに「機嫌をうかがう」「ご機嫌ななめ」などによく言います。実はこの「機嫌」という言葉はもともと仏教からきています。

もともとは譏(そし)り・嫌(きら)うという意味で「譏嫌(きげん)」と書き、他人の「譏嫌」を受けないようにする戒律からきています。『大般涅槃経(だいはつねはんぎょう)』に「息世譏嫌戒(世の譏嫌を息(や)める戒)」という戒律があり、悪事をはたらくことはもちろんダメですが、世間の人たちから譏り嫌われないように、「人が不愉快と思うような言動は慎みなさい」と定められています。

さらに言えば「酒を飲まないこと」や、ニラ・ニンニクなどの「五辛を食べないこと」も「譏嫌」の戒めに入ります。それ自体は悪い行為ではないのですが、結果として酔っただらしなくなったり、あるいは臭気で修業の妨げとなったりするような間接的な悪行も未然に防いだのです。

やがて、「機」が「機転」や「機知」などの語に象徴されるように、細かい心の動きを表す意味を持つことから「機嫌」という表現が作られ、そこから「上機嫌」つまり「愉快なこと・気分・気持ち」を表す言葉が派生してきたようです。

「機嫌を護(と)る」という語句も仏典にあるそうです。他人のそしり嫌うことをしないという意味で、現在用いられている「機嫌をとる」と同じだということです。

私たちの日常は、自分の思いどおりにならないことが多く、そのイライラを他者にぶつけたくなって、つい悪口や非難をしたくなります。でも私たちは単独で存在しているわけではないことを思い起こし、改めて周りに支えられて生きていることに感謝したいものです。

そのためにも今できる範囲で、自分をいたわり、「自分の機嫌は自分でとる」生活を心がけましょう。「ご機嫌は最高のアクセサリ―」ともいわれます。上機嫌でいることが素敵なコミュニケーションの潤滑油になれば良いですね。

参考 『駒沢女子大学』HP、『天台宗』HP、『他力本願.net』HP、『お寺のじかん』HP ほか

ほんしょうじじゅうしょく きむら ひでゆき  
○本照寺 住職 木村 映之 住所 佐賀県鳥栖市本町1-886 電話 0942-82-4461

ずいんざんらいごういんほんしょうじ  
○浄土真宗東本願寺派 瑞雲山来迎院 本照寺



Instagram



Facebook



YouTube

## 今年の夏は真剣！夏の節電

ばかにならない最近の電気料金。家庭でできる対策をまとめました。



### ●夏の節電は冷房が要 効果を高める使い方は？

夏場の電力消費の約4割がエアコンによるものです。

節電するなら、まずはエアコンに目を向けましょう。

消費電力を抑えつつ冷房効果を高めるには、空気の循環を促すためのサーキュレーターとのダブル利用、また、外の熱を家の中に入れていないための遮熱カーテン、オーニングなどによる日差し対策が効果的です。

また、エアコンの効果を保つために、フィルターの掃除はこまめに行いましょう。月に2回が目安です。

### ●家電は省エネ性能に優れた新しいものを

家電の節電性能は年々上昇しています。

もし10年以上前の製品をお使いなら、買い替えも考えてみて。

長時間使わないものはさほど影響しませんが、たとえばエアコン、冷蔵庫、テレビなど、「つけっぱなし」または「長時間利用」が基本となる家電では、電気料金に大きな違いが出てきます。

「つけっぱなし」にすることが多い家電といえば照明です。

こちらはLEDがおすすめです。

例えばシーリングライトで比較した場合、蛍光灯に比べてLEDは約50%も省電力。電気料金の大幅カットが期待できます。

なお、蛍光灯のランプの寿命はLEDの6分の1以下。

定期的な買い替えが必要になることも考慮すれば、やはりLEDがお得です。



同じ家電でも、使い方次第で電気料金は  
ずいぶん変わります。  
今年の夏は、省エネ家電への乗り換えも  
考えてみては？



# 新しい住まいへのご入居 おめでとうございます♪



令和6年5月 吉日 鳥栖市加藤田町 上島様邸



## ★お祝い中★

令和6年6月末現在

**新築** ・「在来工法」 那珂川市南面里 (I様邸) 那珂川町

### リフォーム

- ・リフォーム工事
- ・屋根葺き替え工事
- ・玄関ドア入替工事
- ・店舗改修
- ・塗装工事
- ・解体工事
- ・トイレ入替工事
- ・雨漏り改修工事他

## ★今後の予定★

**新築** ・

R6年度 工事総数 78件



## 綺麗なキッチンで梅雨を乗り切ろう！

気温や湿度の上がる時期のキッチンはヌメリやカビが出やすい時期。  
マメなお手入れで防ぎましょう！

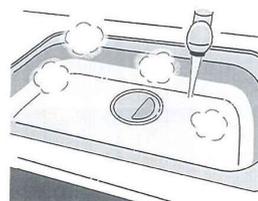
🌻シンクのまわりの汚れの蓄積を防ぎましょう

シンクは、食器用洗剤とスポンジで時々洗いましょう。排水口の受け皿や蓋もマメに洗いましょう。放っておくとヌメリの原因に。もし、発生したらキッチンに使える塩素系洗剤を吹きかけ、古い歯ブラシなどで綺麗に洗い流しましょう。

排水口も、塩素系洗剤をかけて置き、掃除用ブラシなどで洗いましょう。ただし説明書にある時間以上放置すると、排水管の劣化の恐れがあるのでご注意ください。

シンクの排水口にふたをし、40～45度のお湯を1/5～1/4ほど溜めて一気に流すと、排水管についた油分などが落ちやすくなります。

ちなみに、熱湯を流すのは排水管などが劣化するのでNGです！



🌻水栓やコーキング収納も清潔に

水栓まわりも油断すると、溝などに汚れが溜まり、雑菌繁殖のリスクが！

食器用洗剤を古歯ブラシに付け軽く磨けばキレイになります。キッチン周りのコーキングは、ホコリや油汚れがつきやすく、油断すると大変なことに！マメに拭き取りましょう。

ワークトップ下の収納内、特にシンク下も気になります。物を出してゴミやホコリを取り除いたら、中性洗剤で拭き取りましょう。調味料のボトルなども、綺麗に拭いてから戻すと良い。物を詰め込まないこともカビ対策に。ファイルケースで立てて収納することで、適度にすき間が生じるだけでなく、出し入れもしやすくなります。さらに収納内の湿気防止に、重曹を空き瓶などに入れ、不織布でふたをして置くのもおすすめです。

扉式の収納は通気性に優れ、排水管を避けて設置できる棚で、鍋などを収納すると良い。

