

(株)なごみ建築工房より大切なあなたへお届けします

すまいる通信

2023年2月号

〒630-8036 奈良市五条畑1丁目3番13号 電話 0800-111-0753

ホームページ：<http://www.nagomikenchikukoubou.jp> 電子メール：info@nagomikenchikukoubou.jp

地域通貨の今後の行方は？

かつての地域通貨は、地域でボランティア活動をするとか、バザーなどの売り上げを支払うときに住民間で使うなど、「コミュニティ」のツールの一つとして注目されてきましたが、その地域通貨が再び注目されているのです。

【地域通貨とは】

限定した地域において通用する通貨のことです。ここで言う限定した地域とは、市町村や地元商店街などの小規模な単位、価値観や関心事を共有する「コミュニティ」を指します。

実際の運用においては、「紙幣型」「通帳型」「小切手型」「電子型」などがあり、ユーザーの属性を考慮した形式が採用されていました。

2000年代以降「令和の地域通貨」が、ユーザー間の贈与や支援の媒介として使用される

他、当該地域を中心に提供されるサービス利用への対価など、その使い道はさらに向上したのです。

【地域通貨は民間主導】

スマートフォンやインターネットの普及によって管理や運営の期間が軽減したこと、民間が運営・主導する地域通貨が増えてきています。

特に最先端と言えるのは、デジタル形式を導入したことで地域通貨を浸透させることに成功した「さるぼぼコイン」(岐阜県高山市)、それに「アクアコイン」(千葉県木更津市)がインターネット上でも評判が高くなっています。この2種類の地域通貨は、デジタル化していることもあって、QRコード決済が可能となつているのが特徴です。スマホで気軽に使用できること、中高生などの若い世代でも使い

やすくなっていることから、ユーザー数が2万人をうかがう勢いとなり、使用できる商店も約1500店と地域経済の中で十分に存在を發揮するまでに至っています。

【地域通貨が生み出す絆】

地域通貨が再び注目されるようになったのは、デジタル化によって管理や運用がしやすくなったからだけでなく、地域「コミュニティ」づくりに活用されるようになったからです。

ボランティアのお礼に地域通貨を渡すことで、地域のことに関心を持っていくようになります。結果、自然と住民間の交流が深まっていくこととなります。



健康そうだん室

顔面麻痺

違和感を感じたら速やかに受診

顔面の筋肉を動か

かす神経に麻痺が生じる病気で、顔の一部分が思うように動かせなくなったり、口を閉じることができなくなったりするため、会話をするこ

をすることもできなくなるなど、日常生活に困難をきたす症状があります。

●顔面麻痺の原因

顔面麻痺は、中枢性のものと末梢性のものに分けられます。そのうち、中枢性のものは脳出血、脳梗塞、脳腫瘍などを原因として発症し、速やかに対処できれば顔面麻痺も回復します

が、対処ができなかった場合は麻痺として後遺症が残る場合もあります。

もう一方の末梢性の顔面麻痺は、主にヘルペスウイルスの再活性化が原因で、ヘルペスウイルスが健康な細胞や神経を攻撃することで神経の動きが乱れ、麻痺となって現れることがあります。

●顔面神経とは

顔面の動作をつかさどる神経は、脳から側頭骨、耳の下を通り、顔面のそれぞれの筋肉に張り巡らされた神経のことで、これらの神経のどこかで異常が生じたときに、顔面麻痺が起こります。

顔面神経は、主な役割である顔面の筋肉を動かして表情を作

たや口を動かしたり、唾液や涙の分泌を促したりする役割を果たしています。

●顔面麻痺の診断と治療

主に診察するのは、耳鼻咽喉科になります。これは末梢性麻痺が起きている時の場合の対応で、ヘルペスウイルスが原因であることから、身体に潜んだウイルスが暴れだして悪影響を与える状況になっているため、まずは身体の抵抗力の低下を防ぎ、回復させることを中心とした治療になります。耳鼻咽喉科の場合、中耳炎や耳下腺がんなどの可能性も疑います。



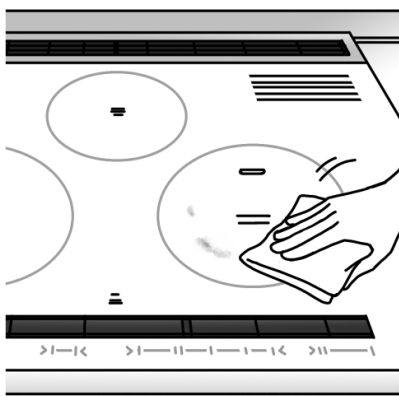
IHコンロの焦げ防止方法

オール電化が普及してきている今日この頃、必ず使われているのはIHコンロです。ガスコンロからIHコンロに変えると、最初のうちは使い方に慣れないこともあり、知らない間にIHコンロが焦げ付いてしまうこともあるのではないのでしょうか。

IHコンロが焦げ付く原因は、油汚れや調味料の汚れがそのまま残っていること、使ったフライパンや鍋底の汚れがIHコンロにもついてしまったうえに、ヒーター部分に付着したまま調理してしまうことなどが原因で、焦げが発生してしまいます。

その焦げをそのまま残して放置していると更に炭化して厚くなり、余計に落ちにくくなってしまいますので、必ず軽微な汚れのうちをしっかり手入れをしていくことをおすすめします。

家事の知恵



かんたん レシピ ドライチェリーガトーショコラ



材料



【4人分】

チョコレート	150g	[そ	の	他]
オリーブ油	大さじ4丸型	…	…	…	…	直径15cmほど
卵（卵白と黄身）	3個	オープンペーパー	…	…	…	型に合う物
砂糖	50～60g	*	*	*	*	*
ドライチェリー	10個	*	*	*	*	*
キルシュ（あれば）	小さじ1	*	*	*	*	*

バレンタインデーなどにもおすすめのガトーショコラ。今回はしっとりとした生地にドライチェリーの甘酸っぱさがアクセントになっています。

チェリーには眼精疲労の予防に効果があると言われるアントシアニンや鉄分、そして食物繊維も豊富です。

幅広い年代の方に喜んでいただけるスイーツ。あなたの気持ちを込めて作ってみてくださいね。

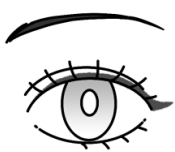
①チョコレートは包丁で細かく刻んでからボウルに入れ、オリーブ油を加える。ドライチェリーは好みで粗めに刻んでおくとよい。②小さめの鍋に湯を沸かし、火からおろす。チョコレートを入れたボウルをのせてやわらかくする。やわらかくなったら泡だて器でしっかりと混ぜる。

③卵は割ってから卵黄と卵白に分けておく。卵黄と卵白は別々にしておく。まずは卵黄をチョコレートが入っているボウルに加え、なめらかになるまで混ぜる。④別のボウルに用意した卵白を3回に分け、それぞれ砂糖を3回に分けて加え入れ、よく泡立ててメレンゲ状にする。⑤チョコレートのボウルにメレンゲの半量を加え、切るように混ぜる。⑥ドライチェリー、キルシュを加えてさっと混ぜる。型に合わせたオープンペーパーを切り、型に合わせて置いておく。型に用意した生地を流し込む。⑦オーブンは170℃に予熱しておき、30～35分ほど焼いたら完成。

【ポイントメモ】焼き加減はご家庭にある調理器具に合わせて。



ビューティ サロン



● ブラック
くっきり・洗練

● ブラウン
ナチュラル・可愛らしく



初心者
ナチュラル
ペンシル



跳ね上げ
デカ目
リキッド



描きやすさ
落ちにくさ
ジェル

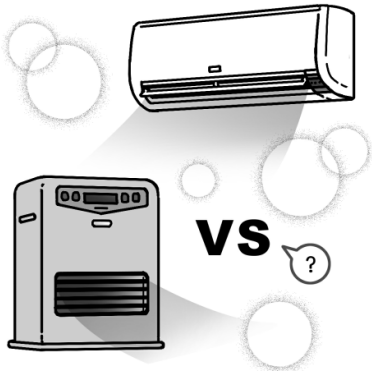
アイライナーの種類と選び方

目をくっきりと引き締めしてくれるアイライナー。仕上がりや使い心地がタイプごとに違うので、自分に合ったものを選びましょう。

アイライン初心者や、ナチュラルに仕上げたい場合はペンシルタイプ、跳ね上げラインを描きたい、デカ目に見せたい場合はリキッドタイプ、描きやすさと落ちにくさ重視の場合はジェルタイプを選ぶのがおすすめ。カラーもいろいろなバリエーションがありますが、最も多いのはブラックとブラウン。よりくっきりと洗練された印象に見せたい時はブラックを、ナチュラルに可愛らしく見せたい時はブラウンと、イメージに合わせて色を使い分けるといいでしょう。アイラインを引いた後は、綿棒を使ってぼかすことを忘れずに。



暮らし の雑学



ファンヒーター vs エアコン

冬になると議論になるのは「ファンヒーター」と「エアコン」、どちらが家計にやさしいのかと言う点です。資源エネルギー庁のデータから、1時間あたりの消費電力量を計算してみると、この後の結果となりました。エアコンの暖房消費電力を596kWhとし、1日の使用時間を18時間(6:00~24:00)、1カ月の使用日数を30日、使用期間は5.5カ月と仮定して、1時間あたりの消費電力量を求めると、0.2kWhとなりました。そして、1日8時間エアコンを使用した場合の電気代は、 $0.2\text{kWh} \times 8\text{時間} \times 27\text{円/kWh} = \text{約} 43.2\text{円}$ となりました。同じ計算式で石油ファンヒーターを使った場合の費用43.41円を下回り、わずかながらエアコンの方が節約につながるという仮説となりましたので、あくまでも参考程度にとどめていただき、暖房機器選びの参考になれば幸いです。

なごみ建築工房からのお知らせ

～定期メンテナンスのご案内～

工事後、不具合または気になる箇所はございませんか？
不具合箇所や気になる事、相談したい事がございましたら
フリーコール 0800-111-0753 までお気軽にご連絡ください。



日頃はなごみ建築工房をご愛顧いただきまして誠にありがとうございます。

日々の気温差が大きく、体調を崩しやすい時ですので
体調管理には十分注意して下さいね。

さて、すまいる通信を発行させて頂きこの2月号で
なんと10年目に突入しました。読みにくい所も多々あると
思いますが、いつも読んで頂き本当にありがとうございます。
次の10年に向けて日々精進して参りますので、今後とも
何卒宜しくお願い致します。

リフォームに関しましてお得な国の補助金がありますので、
ご検討中の方は、是非ご活用ください。

- 発行：株式会社なごみ建築工房
- 担当：小林 哲也
- 住所：〒630-8036
奈良市五条畑1丁目3番13号
- フリーコール：0800-111-0753
- TEL：0742-31-6780
- FAX：0742-31-1269
- URL：<http://www.nagomikenchikukoubou.jp>
- e-mail：info@nagomikenchikukoubou.jp



なごみ建築工房