

# 暮らしの瓦版

2012年  
7月号

(通算第165号)  
この瓦版は再生紙使用です

ふみづき(ぶづき)  
～7月《文月》～

1日	国民	安土	全開	の日	15日	ぼん	・中
	建	山	の山	日	17日	漫	の日
4日	富	土	立	記念	16日	海	の日
	米	国	記	日	20日	月	着
	梨	の	七	川	22日	大	暑
7日	小	暑	夕	の	23日	文	月
10日	納	豆	の	日	27日	土	用



## 存在感増す「黒ビール」

ビールは、安価な第三のビールに押されて消費が減少傾向にあるだけでなく、

最近ではノンアルコールビールにも人気を奪われ、市場規模が縮小しています。そ

んな中、「黒ビール」が存在感を増し始め、新商品の投入が各社から相次いでいます。

その一つが、アサヒビールから発売されたスーパードライの黒ビール版「アサ

ヒスーパードライ・ドライブラック」です。今までに黒ビールを飲んだことのない若い世代の人にも口にしてもらえるよ

う、黒麦芽独特のコクがありながら、キシ味のよい「ドライテイスト」を楽しめる、爽快な味わいに仕上げたそうです。

また、キリンビールは、一番搾りの黒ビール版「一番搾り・スタウト」を発売

しています。スタウトとは、濃色麦芽を原料の一部に用い、色が濃く、香味が特

に強いビールのことです。「一番搾り・スタウト」は、ロースト麦芽とカラメル麦芽を使い、一番搾りならではの製法によって、まろやかなコクとクリーミーな泡を実現。本格的な大人の黒生ビールに仕上げたとのこと。

一方、「黒ビール」が注目されていることで、黒ビール系の発泡酒も登場しています。サッポロビールは、新ジャンルの「サッポロ・麦とホップ〈黒〉」を販売しています。原料の麦とホップは協働契約栽培の原料だけを使用し、発泡酒でありながら、本格的な黒ビールが持つコクと苦味を実現しているそうです。

最近では様々なもので「濃い味」が人気のお酒ですので、味の濃い黒ビールも、さらに人気が出るかもしれませんね。



## 睡眠とダイエット

睡眠はダイエットと深い関係があるのをご存知ですか？眠らずに起きていた方がカロリー自体は消費するのですが、実はしっかりと睡眠をとった方がダイエットには良いのです。なぜなら、睡眠中に分泌される「成長ホルモン」が、ダイエットにとって重要な役割を果たしているのです。成長ホルモンは深い眠り（ノンレム睡眠）の時に多く分泌されます。骨の発達や筋肉が作られるのを促して体を成長させたり、代謝機能を促進したりします。また免疫力を高めてもくれます。

寝不足だと成長ホルモンが十分に分泌されず、代謝機能が落ちてしまいます（肌の調子が悪くなるのもそのせいです）。代謝機能が重要となるダイエットでは、十分に睡眠をとることが大事なのです。

ちなみに、食事をしてすぐに眠ってしまつと、成長ホルモンの分泌が低下しますので、就寝二時間前は食べないようにしましょう。

## ＬＣＣ（格安航空会社）の就航

日本国内でも、格安航空会社の就航が続いています。先行しているスカイマーク、ピーチ等に続いて、七月にはジェットスターが、また八月にはエアアジアが就航することになっていきます。

格安というだけあって、早くも価格競争が始まっています。時期にもよりますが、成田↔新千歳間が約四六〇〇円から、成田↔福岡間が約五六〇〇円からといった価格設定です（特別価格もあり）。

各社とも、同じ種類の航空機で統一して部品やメンテナンスのコストを抑えたり、路線と運航の接続を工夫したりして、価格を最大限抑えるよう努力しています。反面、一度トラブルが発生すると、後続の便に大幅な遅れや欠航が生じるなどの弱点も指摘されています。

機内サービスはほとんど有料オプションとなっており、必要とする人だけがサービスを受けられるように最適化が図られています。

協力業者インタビュー☆第二〇弾☆  
〈有有限会社 吉田板金〉吉田邦章様



Q 仕事を始めたきっかけは。

A 祖父の代から続いている仕事なので子どもの時から継ぐつもりでした。

Q 仕事で注意している事は何ですか。  
A クレームのない仕事をする事と、工期を厳守して後工程の職方さんに迷惑をかけるないように努力しています。

Q 気をつけている事は何ですか。  
A 高い所での作業が多いので、特に安全には気をつけています。また整理整頓に努め、工事を円滑に進められるように心がけています。

Q 休日は何をしていますか。  
A 家族とドライブによく行きます。

Q 最後にメッセージをお願いします。  
A お客様にさらに喜んでいただけるような仕事をして、日々精進していきたいと思えます。今後ともよろしくお願いいたします。

## 進化するスマートフォン

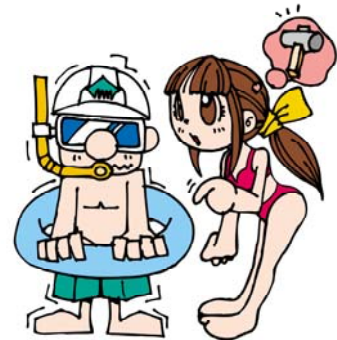
新型携帯電話のスマートフォン。その機能の進化には、目をみはるものがあります。

話した言葉に反応する「バーチャルアシスタント」機能がつくようになりました。例えば「七時に起こして」と話しかけるだけで、指定した時刻にアラームがセットされるのです（まだ音声認識が甘い部分もありますが）

スマートフォン自体がユーザーの意図を積極的に理解しようとする機能がいろいろと充実してきているわけです。

スマートフォンには、一定時間経つと画面を暗くする「スリープ機能」というものがあります。ユーザーが見ている最中であっても、時間経過で画面が暗くなってしまうことがよくあります。ある機種では、ユーザーが画面を見ていることを検知して、スリープ機能を一時的に無効にしてくれます。この機種には、通話相手を選択後、耳に当てると自動で電話発信する機能や、着信中に本体を裏返すと着信音を一時的に消す機能もついています。今後はどんな機能がつくのでしょうか……

自然を大切に  
ゴミは持ち帰りましょう！！



## 旬の野菜

今はハウス栽培などで一年中、豊富な種類の野菜や果物が手に入ります。

でも、一番味がよく栄養価も高い上に、価格が安く手に入るのは、今が旬の野菜・果物たち。夏野菜はほてった体を冷やします。豊富なビタミンが含まれるトマトやピーマン、利尿効果のあるキュウリやスイカ、整腸作用と疲労回復効果のあるオクラ等のネバネバ野菜など、夏野菜には夏バテを防ぐ効果があります。旬の野菜や果物を賢く食べましょう！

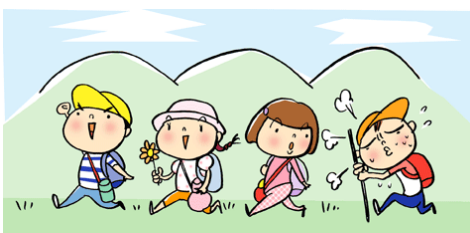
## 群馬の山紹介『黒檜山（くろびやま）』

群馬を代表する名山・赤城山は関東平野に雄大な裾野を広げ、上毛三山の一峰として、古くから人々に親しまれています。

黒檜山は、火口原湖の大沼をめぐる数峰の赤城山塊の最高峰で、関東平野を見下ろす『絶好の展望台』でもあります。

登山道は、大沼の大洞から二つのルートがあります。どちらも良く整備されており、家族連れでも安心して歩けるコースです。

高度が上がるに従って、足下に大きく広がっていく大沼の眺めは絶景です。レンゲツツシが満開となる初夏から、シラカバやナナカマドの色づく秋にかけて、多くの登山者でにぎわいます。



# 今年もやります！！何でも大工の 『網戸張替えフェア』



日時：6月30日（土）8時～12時  
なんと！

**1枚 800円** (税込み)

です。

お一人様12枚までとさせていただきます。

**先着50名様限定**

開催期間中に大五建設本社まで網戸をお持ち頂いた方に限らせて頂きます。お引き取りは午後になるかと思えます。なお、ビート（網を止めるゴム）・戸車等の交換が必要な場合は別料金になります。ご了承下さい。網の色は、ブラックとシルバーの2色です。

ご希望の方は6月22日（金）までにお電話でお申し込みください。

連絡先  
フリーダイヤル さわやか フォーム  
**0120-388406**

株式会社大五建設では、  
求人を行っております。  
募集職種：外注の大工  
営業、施工管理  
年齢：三十五歳以下  
詳細は、お問い合わせ下さい。  
ご連絡お待ち申し上げます。

求人

並榎展示場の近くにお越しの際は是非、お立ち寄り下さい。



高崎市並榎町41-1  
027-384-4777

発行 リフォーム・増築・改築・新築は 地元

株式会社大五建設

本社 TEL 0274-67-2721  
富岡市上小林216-2

四季の住まい株式会社

本社 TEL 027-328-6544  
高崎市中豊岡町824-1

ブログ 【<http://daigo.kazelog.jp/>】  
ホームページ 【<http://www.daigo-kensetu.co.jp/>】  
Eメール 【[daigo-tm@daigo-shiki.jp](mailto:daigo-tm@daigo-shiki.jp)】

ブログ 【<http://shikinosumai-blog.net/>】  
ホームページ 【<http://www.shikinosumai.net/>】  
Eメール 【[shiki@daigo-shiki.jp](mailto:shiki@daigo-shiki.jp)】