

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

01 ブロッコリーが指定野菜に

サラダなどに重宝するブロッコリーが2026年度から、指定野菜となるそうです。指定野菜とは、特に消費量の多いものとして国が指定している野菜。キャベツやきゅうり、だいこん、玉ねぎ、トマト、じゃがいも、にんじんなど14種類あり、その追加はなんと約半世紀ぶり！その背景には、ここ10年で出荷量が3割近く増え、国民生活にとって重要性が増したことがあるようです。栄養はビタミンCやビタミンB2、葉酸、βカロテン、食物繊維など豊富。茹でるより、蒸す方が、栄養の流出を少なくすることができます。ちなみに、上の部分は花のつぼみで、こんもりして硬く締まり、緑色が濃いものが良く、冬場は紫がかかったものが甘みが増しているそう。茎も栄養があるので、厚めに皮をむき、細かく切って炒めものやスープなどで食べるのがおすすめです。



02 お札のいろいろ

2024年7月に紙幣が新しくなりますね。千円札は、近代日本医学の父と言われる北里柴三郎、五千円札は、女性の地位向上と女子教育に尽力した教育家・津田梅子、一万円札は、日本近代社会の創造者と言われる渋沢栄一が選ばれました。デザインも一新し、新たな偽造防止技術を加えていると、注目されています。そんな紙幣の原料をご存知ですか？ミツマタやマニラ麻といった植物繊維からつくられています。ミツマタは虫が付かず、丈夫で透かし加工もしやすく、柔軟で光沢をもっているため、紙幣の材料に最適。マニラ麻の繊維は、ロープや紅茶のティーバッグに使われ、丈夫です。ちなみに、新紙幣が流通しても旧紙幣は使えます。金融機関等を通じて再び日本銀行に戻ったお札は、真偽や汚損の度合いをチェック。再度流通に適さないものは、復元できないよう細かく裁断され、住宅用の建材や固形燃料、トイレトーパー、事務用品などにリサイクルされることもあるそうです。

03 実は意味を間違えているかも!?な言葉

何気なく使う言葉でも、実は意味を間違えている場合があります。たとえば、「雨模様」。雨が降っているときに使いたくなりますが、実は「雨が降り出しそう」という意味だそうです。また、「破天荒」は豪快で大胆なイメージですが、誰も成しえなかったことをするという意味。「〇〇までできれば御の字だね」なんて使い方をする「御の字」。まあまあ悪くないとか、一応納得という意味かと思いきや「とてもありがたい」という意味だそうです。「そろそろ潮時だね」という使い方をする「潮時」。何かをやめるときにちょうど良いというイメージですが、物事を始めるのにちょうどいい時期という、反対の意味なのです。「げきを飛ばす」は、激励するというのは間違い。自分の主張や考えを広く人々に知らせる、という意味だそうです。日本語って深いですね。



花粉症でお悩みの方

お家の花粉対策を徹底して快適な毎日を！

住まいの快適レポート

家の中でもくしゃみを連発。そんな方は、室内環境や行動を見直しましょう。花粉を溜めずに除去する最適なコツをレクチャー。

室内に花粉を入れない、溜めない！

花粉症予防に一番有効なのは、花粉に触れないことです。そのため屋外で付着した花粉を家に持ち込まない、室内に花粉を蔓延させないよう除去することが重要です。

- | | |
|--|---|
| <p>花粉の主な侵入経路</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 玄関 ● 窓 ● 換気口 | <p>花粉が溜まりやすい場所</p> <ul style="list-style-type: none"> ● カーテンやソファなどのファブリック製品 ● 窓のサッシや網戸 ● エアコンや換気扇 ● 家電製品 |
|--|---|



これだけは実践したい、花粉対策

帰宅時の行動を徹底

玄関に入る前に衣類やカバンに付着した花粉を極力払いましょう。濡れティッシュなどで表面を拭うだけでも効果的です。コートや帽子などは玄関で脱ぐように習慣づけを。



玄関に空気清浄機を設置

家の中と外をつなぐ開口部である玄関は、花粉の水際対策となる場所。空気清浄機を設置することで部屋への花粉侵入を防ぐのに役立ちます。また脱いだコートをかけられるハンガーラックなども配置しましょう。

こまめな掃除と換気

家の中の花粉は、なかなか外に出ていかないのでこまめな掃除がもっとも有効。カーテンやバスマットなどのファブリック製品も頻りに洗濯しましょう。花粉が少ない時間帯(早朝や深夜)に、換気することも大切です。

洗濯物は室内干し

洗濯物は外に干すと花粉が付着するので、室内干しや乾燥機利用がベスト。また花粉は静電気に付きやすいので、衣類に静電気防止スプレーを吹きかけるのもおすすめ。



冬物アイテムの片づけとケア

※すっかり春の陽気になりました。お部屋もリフレッシュして心浮き立つ毎日を過ごしましょう！

暖房機器

暖房機器の吹き出し口は思った以上にホコリが溜まっています。掃除機で吸い取ったり、雑巾などで丁寧に拭き取りましょう。見落としがちなたつのヒーター部分も忘れずに。エアコンのフィルタは水洗いをして、夏前に一度試運転を行いましょう。

衣類や冬靴

一度でも袖を通した洋服は洗濯するのが鉄則です。特にウール素材は虫の大好物ですので、入念なケアを。ブーツなどの皮革製品は、汚れを落とししてから皮革専用クリームを塗布して乾拭きし、陰干し。型崩れを防ぐ為、シューキーパーを利用して収納しましょう。

寝具

室温が20℃前後の日々が続くようになったら冬物寝具のしまいです。布団に湿気がこもっているとカビやダニの発生につながるため、屋外で天日干しをしましょう。保管は通気性のいい不織布ケースが最適です。

間違いさがし答え: ①お母さんのリュック ②ブランコの左の脚 ③気球 ④屋根 ⑤ポール

ご相談・お問い合わせはこちらまで

株式会社コバホーム

〒252-0154 相模原市緑区長竹1746-1

新築やリフォームのお客様をご紹介ください。

TEL:042-784-5110 / FAX:042-784-5048

URL:www.coba-home.jp

住まいのかわら版

Vol 5
2024年5月号

<発行>

株式会社コバホーム
相模原市緑区長1746-1
TEL.:042-784-5110

物流の2024年問題で私たちができること 宅配便を担うトラックドライバーの負担を軽減するために その利用の仕方など、どんな工夫ができるか考えてみましょう。

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「物流の2024年問題」です。

4月からトラックドライバーの間外労働の上限規制が適用されることで、物流効率化などの取り組みが進まなかった場合には、荷物の配達に影響が出るなど、物流が停滞することが懸念されています。そんななか、私たちにとって身近なのが宅配便。コロナ禍の頃から、インターネットショッピングが急速に拡大し、リモートワークによる書類のやりとりなど、宅配便の利用者が急増。その便利さから、コロナ禍があけた現在も利用者は多くいると言われています。そこで、物流の2024年問題について、私たちができる対策をご紹介します。

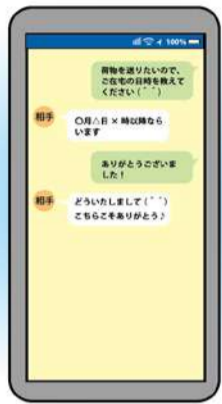
的確かつ効率の良い 日時指定やオーダーを

●再配達を減らす

確実に在宅する日時の指定を。また、配送状況の通知アプリや宅配会社にメー



ルアドレスなどを登録するシステムがあります。それらを利用すれば、荷物が発送された後にお知らせが来たり、配達状況を確認できるので、荷物が届く前に日時を変更することも可能。再配達を減らすことができます。

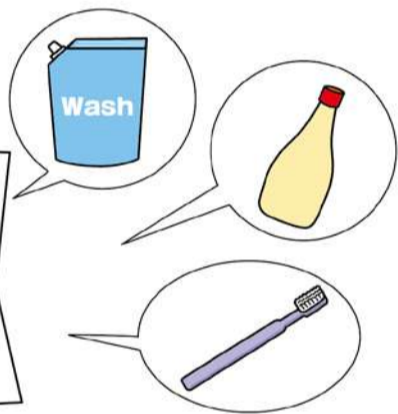


荷物を発送する場合、事前に確実に在宅する日時を送り主が確認することも大切です。

●急ぎ便は状況に応じて使う

大手通販サイトでは、お急ぎ便などオーダーした翌日に届く、便利なシステムがありますね。しかし、特に急いでいなければ、通常配送を指定す

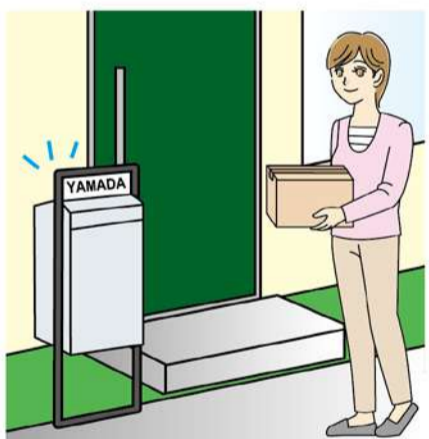
ることで、配送の混雑を軽減させることができるかもしれません。
●まとめ買いで配送回数を減らす
買いたいモノのオーダーは、その都度するのではなく、ある程度、まとめすることで、配送回数を減らすことができます。



在庫管理をしっかりし、必要なモノをメモすることで、まとめ買いの際にも重宝します。

幅広い受取りスタイルを 暮らしに合わせて選ぶ

●置き配や宅配ボックスの活用を
利用する人も多くなってきた置き配。置き配を使うことで、再配達の負担が減ります。雨風や防犯上、心配な指配場所を車庫や物置など玄関以外にすることや、宅配ボックスの利用もおすすめです。



宅配ボックスは、おしゃれなデザインのものもあるので、検討する価値ありますよ。

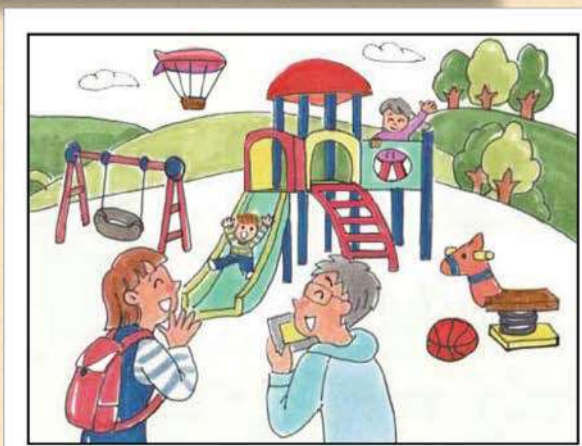
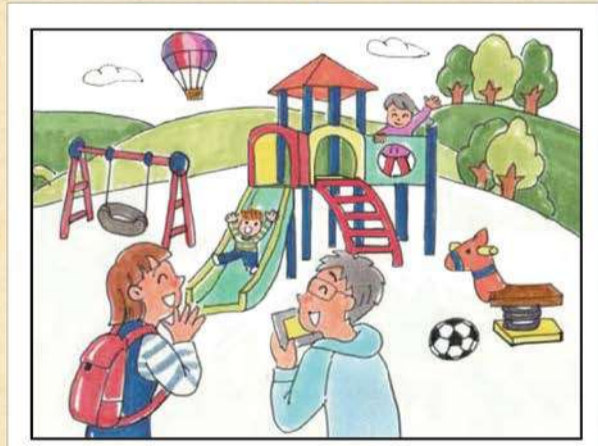
●コンビニ受取りを活用する
自宅以外でも、荷物を受け取れるス

ポットの選択肢が広がっていますね。都合に合った場所で受け取ることで、再配達の負担を減らすことができます。その中でも、コンビニでの受取り指定は、幅広いショッピングサイトで指定が可能なので、とても便利。ネット通販を運営している企業によっては、コンビニ受取りを指定すると、送料無料になる場所もあるので、手軽に持ち運べるものはコンビニ受取りにしてみるのも良いですね。
●店舗受取りも便利
全国に店舗を展開している大手のファッションメーカーや雑貨メーカーなど、店舗受取り可能なところが増えていきます。指定すれば送料無料になることがあるので、おすすめです。最近増えている宅配ロッカーでの受取りも便利です。
いかがですか？ぜひ参考にしてみてくださいね。

頭の体操

間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。
さあ！チャレンジしてみよう！



答えは裏面をみてね！