

WELCOME TO LIVIC ROOM

リビックホームページ www.livic.co.jp

夏にっこりおかげ様号



話題のパワースポット、新潟県の弥彦神社にやってきました。向かう途中、高さ30mの大鳥居にびっくり!で、でかいの神秘的な境内はもちろん、周辺には美味し〜いおでん屋さんがあって、大満足の旅でしたよ。



参道

- 暮らしにサブリ** 夏の健康トラブルの予防・対策ファイル
- リビックのびっくり** 手洗いより節約できる!家族団らんガス家電
- みんなの投稿ボード** わが家のスタミナ料理・元気になる料理
- ほのぼの散歩道** トラットリア レ・アーリ (新潟県小千谷市)



玉の橋



火の玉石

今日の表紙は
リビック新潟
長岡営業所からお届けします!



パワースポット 弥彦神社で 運気をアツク!

新潟県弥彦村にある弥彦神社は、古来から広く信仰を集め、地元では「おやひこさま」と親しまれてきました。最近のパワースポットブームで人気の場所。天照大神の曾孫である「あめのかごやまのみこと」が祀られ、境内には、神秘的なスポットがいっぱい。弥彦神社の一の鳥居をくぐると、神様が通る「玉の橋」、持ち上げれば願い事が叶うという「火の玉石」があります。ちなみに、力には自信がある営業マンでも持ち上げられませんでした。良縁はもう少し先ということでしょうか(^ ^);
何はともあれ、とても神聖な気持ちになれる場所で、気持ちをリセットしたいときにはお勧めですよ。



暮らしにサブリ

夏になると野外でのイベントも増え、外出する機会も増えますね。ギンギラ太陽の下で、思い切り楽しみたいところですが、ケガや体調不良などの健康トラブルで、楽しみが台無しということも…そんなことにならないよう、ちょっとした工夫や対処法を覚えておきましょう。



熱中症

熱中症は、熱射病、熱失神、熱けいれん、熱疲労の総称で、めまい、失神、吐き気などさまざまな症状を引き起こします。ここでは普段からの注意ポイントを紹介いたします。▶▶

対策



帽子で直射日光を避ける
通気性のいい白っぽい服で熱を反射

運動前に水分を補給
定期的に水分を補給
おすすめは塩分0.1~0.2%のスポーツドリンク

- 屋外スポーツでは15~20分ごとに休憩。
- 体調の悪い日は日中の外出や運動を控える。

冷房病

外気より涼しい室内に長時間いると起こるものです。身体の冷え、だるさ、しびれ、むくみ、頭痛、腹痛、食欲不振など様々な症状が現れます。↓

対策



- 軽い運動や入浴などで、汗をかく習慣をつける。
- 規則正しい生活をする。
- クーラーに頼らない。
- 冷たいものばかり飲まない。

応急手当

熱中症かなと思ったら…

- 水分を補給する。
- 症状が重い場合は、周囲の人のサポートを受けたり、病院へ行きましょう。

涼しい日陰などに移動して、体を冷やす。

知って、防ごう!

夏の健康トラブルの

予防・対策 ファイル

やけど

赤くなったり、はれたり、痛んだりするだけの軽度のやけどは、数日で治りますが、やけどの範囲が広く深い場合は、血圧低下、ショック状態など様々な全身症状が現れるため、適切な処置が必要です。▶

日焼け

皮膚が赤みを帯びたり、ヒリヒリ痛んだり、水ぶくれができたりします。日焼けした肌はやけどと同じ状態なので、十分に冷やした後、肌に水分補給と保湿をします。▶

応急手当

すぐに冷やすことで、やけどの進行を止め、痛みも抑えることができます。



- 顔・頭** シャワー、氷水に浸したタオル、保冷剤入り枕などで冷やす。
- 手足** 洗面器やバケツなどに氷水を入れて冷やす。
- 全身** すぐに救急車を呼び、衣服を着せたまふ浴槽などで冷やす。

対策・応急手当

紫外線が多い時間帯
直射日光に注意

AM10時 PM2時



- 冷たいタオルや水で冷やす。
- 水泡ができたなら清潔なガーゼで保護し、医療機関へ。
- 頭痛や熱が出たら、日の当たらない涼しい場所で休養する。

■**ブヨ** かゆみが徐々にひどくなり、1週間ほどかゆみが続く。早めに軟膏を塗ったら、炎症が広がるので傷口を搔かないようにする。

■**毛虫** ヒリヒリしてだんだん強いかゆみを感じ、ぶつぶつと赤く腫れる。流水で洗い流すか、テープをあてて毒針毛を取り除き、患部を冷やす。早めに軟膏を塗る。

虫さされ

虫に刺されると、痛みやかゆみを感じるほか、毒蜂アレルギーを持つ人の場合、くしゃみやじんましん、時には呼吸困難や血圧低下などを起こし、危険な状態になることがあります。様子がおかしいと感じたら、すぐに救急車を呼びましょう。▶

対策・応急手当



■**ハチ** 目や髪の毛など黒いものを狙うので、頭を隠すように低い姿勢をとり、その場から離れる。刺されたら、針があれば抜き、患部を水で洗い流して、医療機関へ。

ほのぼの散歩道



イタリア家庭料理の優しい味わい

トラットリア レ・アーリ
新潟県小千谷市城内3丁目1296-4 TEL : 0258-83-4090



そんな田村さん

こんにちは、リビッツ新潟 長岡営業所の金田です。のどかな風景が広がる新潟県小千谷市に、地元で人気のイタリア料理店「トラットリアレ・アーリ」さんがあります。オーナーは笑顔が素敵な田村さんご夫婦で、イタリアの家庭料理をベースに、素材と手作りにこだわったアットホームなお店です。1年ほど前まで担当させていただいたご縁で、今でもお邪魔するたびに、田村さんは、気さくで、明るく、そして、丁寧な接客が、おもしろいと感じています。



そのものです。

さんも、仕事となると表情が一変、調理中の厳しいまなざしや料理を指導されている様子を見ると、料理に対する、真剣な姿勢を感じます。もちろん、食材にもこだわりがあり、寺泊直送の新鮮な魚介類や、生産者の顔が見える地元の野菜、自家栽培の野菜を使った料理を提供されています。旬の食材を使った季節ごとのバスタは、「ランチでも大人気。この日は、「ムール貝と夏野菜のバスタ」。そのなんともいえない優しい味わいは、田村さんの人柄



バスタランチ (ムール貝と夏野菜のバスタ) ¥1,000 (ドリンク付+¥200) 税込



ます。

オーストラリアは、魚沼木炭を使った炭火料理。「地元の新鮮な野菜や肉、魚介を炭火で調理すると、彩りや香り、焼き色がだんぜん良い」そうです。「イタリア料理は火を入れることが多いので、火の入れ方が自分で料理の重要な味付けになります。素材の味を最大限に生かすためには、火力の強さや安定感のあるガスでの炎は、欠かせない存在です。」食材や手法だけでなく、料理へのこだわりで、ガスを選んでいることに、とても嬉しく感じます。仕事に愛情を持って取り組んでおられる方との出会いというのは、とても勉強になります。



店名の「アーリ」とはイタリア語で「翼」という意味。地元の方に愛されて、お客さまの思い出の場所になっていくことを、ずっと空の上から見続けていたいという意味が込められているそうです。

- 営業時間 平日 11:30~14:00 (LO) / 18:00~21:00 (LO) 土日・祝 11:30~14:30 (LO) / 18:00~21:00 (LO)
- 定休日 月曜日・第3火曜日

リビングのびっくり



ご飯を作って、食べ終わった後はお皿洗い。奥様は忙しいですよね。「食器洗い乾燥機があったらラクチンなのに」と思っている、「水をたくさん使いそう…」「電気代もかかるし…」「ホントにキレイになるのかしら?」など、いろんなことを心配して、手洗いを続けていませんか? 実はなかなか節約にもなる食器洗い乾燥機、そのホントのところ、知ってください。

団らんを育む、LPガスの食器洗い乾燥機

手洗いより節約できる! 家族団らんガス家電。

家事の中でも、食事の後片付けが煩わしいと感じている人は多いはず!忙しい朝も、ゆっくりと寛ぎたい夕食後も、後片付けはしっかり待っている…。そんなときには食器洗い乾燥機! 家事を軽減してくれる便利な機械というだけでなく、自分の時間や家族との時間、心のゆとりをもたらしてくれますよ。

家事と仕事がつらくなる! 1日10分短縮!

滋賀県長浜市 宮元 様 4人家族

去年の夏に、キッチンリフォームしたときに、食器洗い乾燥機をつけました。家で食事をすることが多いので、洗いの多いときには本当に助かりますね。主人の仕事の手伝いをしてしますので、夜、時間がないときでも、スイッチを押しておけば、翌朝はきれいになっていますよ。ビルトインの食器洗い乾燥機は、シンク横に水切りカゴを置かなくて済むので、キッチン台の上はいつもすっきり片付きます。最初は心配した洗い残しも、ガラスのコップなんかは、手洗いよりもピカピカでびっくりしました。



システムキッチンにぴったり収まっています。

想像よりもたくさんの食器が入ります。



大家族でも、たっぷり洗える!

富山県富山市 中平 様 8人家族

一度使うと手放せないってホントね!!

家事の時短で団らんの時間が増えるんです。

ウチは家族8人の大所帯。食後の洗物は、流し台が山盛りでした(笑)。そこでリビングさんにキッチンリフォームをお願いした時に、念願だった食器洗い乾燥機の購入を決めました。色々調べて、これしかない! と思ったドイツのミーレというメーカーのものに出会ったのです。

家族8人分の食器と、調理中に使ったポウルも全て収まり、しっかり洗ってくれます。今まで片付けてでなくてご舞いだった食後の時間も、家族とのだんらんの時間になっています。もうわが家の必需品ですよ。



外から見ると、すっきり。

家族8人分の食器をしっかりと収めてきれいに洗ってくれます。

手洗いよりも節水できる! なんと約1/6以下!!

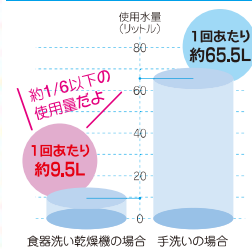
食器洗い乾燥機は、手洗いよりも多くの水を使うと思いませんか? 実は食器洗い乾燥機だと、手洗いに比べ、約1/6の水量できれいに洗えます。食器洗い乾燥機は、庫内に貯めた水を循環させて、上手に節約します。水を流しながらすすぐ、手洗いに比べると環境にも家計にもやさしい選択です。▶図1

水道代、ガス代など、光熱費を抑えるなら、手洗いよりも食洗機

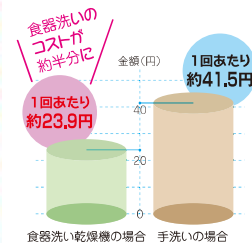
1回あたりの経費を試算してみました。食器洗い乾燥機の方が1回あたり17.6円の節約、1年だと約12,800円の節約になります。▶図2



1回の洗い物で約56リットル節水



年間ランニングコストが約12,800円節約



●1回あたりの経費例 (食器枚数35枚、小皿枚数15枚の場合)
 電力料金目安単価: 22円/kWh
 ガス料金目安単価: 145円/m³
 ※水道料金: 下水道使用料: 228円/m³ (1社) [日本電気工業会調べ]
 ※食器洗い乾燥機は、90分(45分)標準コースで洗った場合、60°C(お湯使用)で洗った場合、74円(1回)節約 (レンジ4台)
 ※手洗いは、洗い桶に40のお湯1リットルためて洗った後、毎分8リットル(9.7リットル)すすぎした場合
 ※洗濯機: 270円/450ml (経銷者小売物価統計調査調べ)
 ※1回あたりの経費差額17.6円
 ※1日経費×365日にて計算
 ※価格は全て税込価格と表示です。(2009年9月現在調べ)
 ※価格は経年変化や使用状況により異なります。(データ協力: リンナイ株式会社)

意外と問題有りなんです。手洗いには要注意!

雑菌が繁殖する!?

手洗いで使うスポンジやふきんが、多くの雑菌の温床だと知っていますか?

手あれの原因!?

洗剤は肌を守る脂分まで奪っていくので、食器洗いは家事で手が荒れるいちばんの原因かも。

洗い残しが心配!?

牛や豚の脂が溶けるのは、約33~48°C。手洗いで溶けきれないことも。また、オイルやおろし金など洗いにくいものも、食洗機の高圧+強力な水流なら、汚れ落ちがぜんぜん違う。



あなたもマナー美人 一見丁寧だけど、実は間違い、「二重敬語」。

- ① お客様がお見えになりました
- ② これをお渡しいただけますか

このような言葉づかいをしていますが?失礼の無いように、丁寧な敬語を使おうとしているのだと思いますが、これは「二重敬語」という間違った使い方なのです。

①の場合は、「お見え」と「なられる」という2つの敬語が重複しています。正しくは「お見えになりました」です。②は、「お渡し」という尊敬語と、「いただけますか」という謙譲語が混在しているもので、正しくは「お渡しくださいませんか?」です。会話相手に「渡して」とお願いしているのに、その人がする行為に「いただけますか」と、謙譲



語を使ってへりくだるのはおかしなことですね。目上の人にたくさん敬語を重ねたらとて、敬意が高くなるわけではないし、かえってくだいだけ。適切な敬語を使って、スマートな会話をしていきたいですね。

これも間違い

- ×お帰りになられる
- お帰りになる
- ×おしゃられました
- おっしゃいました

これは慣例的にOK

- 伺ひする
- 「聞く」の尊敬語の「伺う」に「お」が付いた状態



ぐらと隊が

作ってみました!

たくさんのご応募ありがとうございました!
今回お客様からいただいた「わが家のスタミナ料理・元気になる料理」は、その名前の通り、どれも夏の暑さを吹き飛ばしてくれるような、パワーあるものばかり!
いずれ劣らぬレシピの中から7つをご紹介させていただきます。



バナナの甘味がゴーヤの苦味を隠してくれます。なんたって栄養満点!

神奈川県相模原市Sさまからのご紹介
だまされたと思って飲んでみて!
ゴーヤバナナジュース



滋賀県長浜市Fさまからのご紹介
お豆腐団子でつるりん♪あんみつ



赤豆腐効果でさすもさ感長持ち♪簡単なので試してみてください。

作り方やそのほかのお便りはホームページで!

WebへGO!

リビックグループ Q 検索して!
「くらすしレシピ」のバナーをクリック

福井県福井市Kさまからのご紹介 福井名物! 甘辛ソース絶品のソースカツ丼

福井県名物のソースカツ丼。簡単甘辛ソースが絶品です!



石川県石川郡Kさまからのご紹介 定食屋さんの豚の甘辛しょうが焼き

ニンニクが効いた、甘辛しょうが焼きの隠し味は!んごジュース!



富山入善町Tさまからのご紹介 高野豆腐のなんちゃってヘルシーカツ

食べてびっくり!高野豆腐の新しい使い道ですわ。



富山県魚津市Nさまからのご紹介 夏野菜たっぷり!鶏むねのトマト煮

生のトマトを使って、さっぱりヘルシーに仕上げました。

夏のまつまみに決定~!

豚肉の梅しそ巻き揚げ

新潟県長岡市Hさまからのご紹介



切った断面がとってもきれいで、食欲をそそります。豚肉のビタミンB1、梅のクエン酸で疲労回復★食欲回復間違いなし!



材料	2人分	作り方
豚もも肉(薄切り) …6枚 梅干し…3個 長いも…2~3cm オクラ…6本 ベーコン…3枚 白いりゴマ…大さじ1杯 大葉…6枚 塩・こしょう…適量 衣【小麦粉・卵・パン粉】 揚げ油…適量		① [長いも編] 豚もも肉を広げて、梅肉を塗り、白いりゴマをふって、大葉を1枚のせ、長いもを芯にして巻く。 ② [オクラ編] 同じようにし、大葉をのせてから、ベーコンとオクラ2本を芯にして巻く。 ③ これらに小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつけ、180度の油で揚げる。
準備		
梅干しは種を取り細かくしたく 長いもは細めの拍子切りし、ベーコンは3センチ幅に切る。 オクラは塩をまぶして板ずりして軽く下茹でし、ヘタを取る。		

その1 キッチンまわりをきれいにしよう!

お掃除の苦手な奥様も大丈夫!
そんなに頑張らないで
おうちをびかびかにしていく
ラクチンお掃除術ですよ。

水まわり

シンク

古ストックングを濡らしてクレンザーでこすればバカバカ!ステンレスには大根のヘタ+重曹も効果的。

排水溝

重曹を振りかけてから酢水(水1:酢2)をスプレーすればぬめりが落ち、消臭効果も!

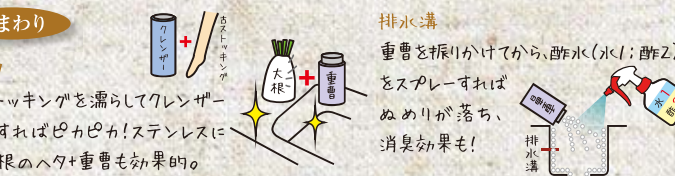
コンロ

天板

ガラストップには、くしゃくしゃにしたラップ+洗剤で円を描くように磨くと、傷を付けずに汚れが取れますよ。

鍋トク

重曹大さじ1杯を溶かしたお湯に、浸けておけば、汚れがスルッと落ちますよ。



その他

毎日の終わりに、目の付く箇所を拭きそうにするだけでも週末のお掃除がとっても楽!



投稿募集 今回のテーマは

「うちのお雑煮自慢」 教えてください!

(11月発刊号に掲載)

「これぞお正月」、「このお雑煮を食べないと年が明けた気がしない」など、お節料理とともに、お正月の食卓を飾る「お雑煮」。地域や家族ならではの特徵あるお雑煮はありませんか? 食材やレシピなど自慢の理由を教えてください。本誌掲載で、「ちよっぴいもの」プレゼント!
下のハガキに書いてください!

LPガス、あんしん教室!

安心保安サービスで、お客様をお守りします!



LPガスの法定点検は4年に1度ですが、リビックでは、人の健康診断のようによりきめ細かく、頻繁な点検を心掛け、独自の安心保安サービスを行っています。点検員が参りましたら、ぜひご協力をお願いします。

- お客様宅を訪問
訪問し、点検・調査の内容をご説明
- 確実に点検
屋外のガスメーター、容器周りを点検し、屋内のガス機器の安全状況を調査
- 丁寧なフォロー
点検・調査結果をご報告

所要時間は20~30分

費用は一切かかりませんが、消費設備の修理や改善が必要な際は有料となります。ご要望がございましたらいつでも点検・調査致します。くわしくはリビックの担当者まで、お気軽にお声をおかけ下さい。

「うちのお雑煮自慢」記入欄

地域の特色やウチだけかも!?といった、皆さんのお宅のお雑煮を教えてください。食材や味付け、調理法など何でもOK。*任意ですので、お気軽にお書き下さい。

アンケートに答えてプレゼントをもらおう!

抽選で5名様にステキな食品をプレゼント。詳細は裏表紙をご覧ください。あてはまるものに、を御付けください。

- ①リビックの担当者をご存知ですか? (複数回答可)
- 名前は知っている 顔は知っている 知らない
- ②リビックの安心点検サービスを受けられた印象を教えてください。(複数回答可)
- 受けたことがない 印象が良くない
 - 結果説明がなく、よく分からなかった
 - 急にいられて困った 安心できる 好感が持てた
 - その他()
- ③安心点検サービス時に他に受けたいサービス(無料)はありますか? (複数回答可)
- コンロ清掃サービス 包丁研ぎサービス 新商品の説明
 - 家庭でできるエコ提案
 - その他()

リビックふれす

お中元、ご贈答、お取り寄せにアストモスギフトはいかがですか？

みなさん、お中元のご準備はお済みですか？私たちリビックでは、ご贈答やお取り寄せにも最適な「アストモスギフト」をおすすめしています。

夏のひんやりお取り寄せスイーツをはじめ、全国からこだわりの逸品を集めています。お中元の定番、ハムやドリンクセットも充実していて、リビックスタッフにも大人気のギフトカタログです。



**厳選ギフト326点
全国各地へ配送**

※一部商品、一部地域を除きます。

カタログのご利用は、お近くのリビックの担当者までお気軽にお申し付けください。



カタログ有効期限
2010年9月30日まで
お中元配送のご注文締切
2010年8月4日まで

リビックスタッフが選んだ！ おすすめギフトベスト3

第1位 御殿場高原ソーセージ生ハムセット ¥3,150

御殿場高原ビアレストラン人気のお得なセット。ビールに合わないわけがない！

第2位 北海道シューアイス ¥3,150

サクとした生地の中には濃厚アイスがたっぷり！ 大人から子どもまで楽しめるアイス。

第3位 素麺揖保乃糸(上級品) ¥2,835

手延へ素麺の定番の揖保乃糸は喜ばれること間違いなし！



郵便はがき

9 3 0 - 8 7 9 0

富山市総曲輪三丁目1番7号

株式会社リビック

リビックルーム編集室 行

差出有効期限
平成22年9月
20日まで

フリガナ		年齢
お名前		歳
ご住所	〒	都・道 府・県
電話番号	-	-



リビックやリビックルームについて、ご意見・ご感想があればご自由にお書きください。



〒930-0083 富山市総曲輪三丁目1番7号

左のハガキの裏面のアンケートに答えるとアストモスギフトに掲載の

おいしいワクワクグルメが当たる！



抽選で5名様に！
何が当たるかは
お楽しみ!!

※写真はイメージです。

つぶやきメモ 編集後記



リビックルームが無事、30号を迎えました！私が担当して、10号目という、感慨深い号でもあります。

担当していく中で、今まで多くの先輩が、いろんな形でリビックルームに関わり、一人一人に何かしらの思いがあることを知りました。誌面スタイルは、どんどん変化してはいますが、発刊当時からリビックルームに込められた想いは変わっていませんでした。

リビック営業担当と、そして、リビックと"お客様との橋渡し"的な存在でいられるよう、これからも初心を忘れず、がんばっていきたくと思います。

ヒューマン・エネルギー企業



〒930-0083 富山市総曲輪三丁目1番7号 ☎076-424-1721
URL <http://www.livic.co.jp> E-mail info@livic.co.jp



リビックルームは、環境に配慮して、大豆油インキを使用し、印刷時に有害な廃液が出ない「水なし方式」で印刷しています。

2010.9