

# らくらく通信 VOL 95

蒸し蒸し・ジメジメと感じる、梅雨の季節がやってきました。湿度や温度変化の影響で身体が怠く感じやすい頃でもあります。サッカークワールドカップの観戦などをして、気分転換してみてください。

アトラス整体院 院長 森 俊樹  
 一宮市本町3-5-6 本町ビル2階  
 受付時間 / 午前 9:30 ~ 午後 8:30  
 (土・祝日は午後 8:00 まで)  
 TEL(0586)73-1919 定休日 日曜日  
 ホームページ <http://138rakuraku.com/>



## キャバツと合わせのたれし風サラダ



あと一品に。簡単です♪  
 よく冷やして、豆腐と一緒にいたただいても美味いんですよ

### 作り方

1. 7割まで水で戻しませう
2. キャバツは太い干切りにします。(茎の部分は薄切りに) しんじりするまで電子レンジで2分半チンして冷まします。
3. (1)と(2)の水気をよく切り、混ぜ合わせます。★の調味料で和えれば完成。

- 材料(2人分)
- キャバツ --- 3枚くらい
  - 乾燥わかめ --- 大1
  - 美味い塩 --- 少々
  - ごま油 --- 大1
  - しょうゆ --- 小1くらい
  - 煎りゴマ --- 好まればだけ

★ 塩は美味いものを使いませう！ オレンジの中華粉、チヂミソース、味の素などを追加してもOKです。

## ゴキブリをすばやく退治する方法とは？

暖かくなると出沒するいやーなゴキブリ!! フブスゴにすばやく退治したいですねー。今回は殺虫剤を使わずに身近なもので退治する方法を調べてみました。

その1 **熱湯をかける**... ゴキブリは熱湯に弱く、熱湯をかけられると即死してしまうので。しかし少量では死なないため、真上が50分の量をのお湯が必要となる為、お湯を用意するのに時間がかかるという短所もその2. **洗剤をかける**... ゴキブリの表面は脂成分で覆われているので洗剤をかけると、ゴキブリは窒息してしまいます。

その3. **アルコールをかける(除菌スプレーなど)**... アルコール成分が呼吸器を麻痺させる効果があり、ゴキブリの動きを止められます。しかし確実に死ぬわけではありません。

その4. **アクリルスプレーをかける**... 霧状にねじり化し、ホコリの温度を吸熱し、界面活性剤とアルコールの力で窒息して動きを止める。一定の効果はあるが、確実に死ぬわけではないので、止まっている間にとどめをませう! 出沒した場所にはおいて、**最適**な方法を選んでゴキブリを退治しましょう!!



## 頭の体操 - IQ サツリ

Q [?]に入るのは? 理由も答えて下さい!

- 宇宙が5は[?]が見える  
 ① 9 ② 99 ③ 999 ④ 9999

<VOL 94の答え> "明日(あした)"

上へのつなげる言葉と考えると... あいたが入りますね!

答えは次回507通信  
 またはホームページに...