

らくらく通信

VOL 101

一宮市でも、来年の4月に稲荷公園から九品公園競技場までを、聖火ランナーが走る事が決まりました。

一般公募もしていますので、思い出作りにどうでしょうか？

8月26日(月)は、臨時休業致します。

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)

定休日 日曜日

TEL(0586)73-1919 <http://138rakuraku.com/>

ホームページ



なつと大量消費！やみつきスの南蛮風

作り方

1. 1枚を1cm位の輪切りにします。
(おぐに炒めるから水にさらしてから)
2. ★を合わせおきます。
3. ごま油をしいたフライパンで炒めて両面いかり焼き色をつけます。
4. ★を全部入水で煮詰めます。
とろみがついてきたらお皿に盛りつける。
5. お好みで、ねぎや白ごまをどうぞ！



材料(2人分)

・ 1枚 ... 中3本(300g)

・ ごま油 ... 大匙1

★ めん油、砂糖

お酢、みりん、酒

水 ... お好み大匙1

・ ねぎや白ごま ... お好みで



1枚の大量消費！
にちていゝでるよ〜。
なつやおいしい♡

同じ30℃でもお風呂は冷たい気温は暑く感じるのなぜ？
夏や冬ほど季節や気温によって適温は変わりますが、お風呂の適温は40〜42℃前後といわれています。

と30℃同じ30℃でもお風呂では冷たい。気温は暑く感じるのには何故でしょうか？

実はこれ「皮膚表面の温度」が関係しています。水は熱を伝える率が大きいので、体温を次々と奪っていきます。

その結果「30℃の水に入ると皮膚温度も30℃近くに下がっていき、まず、ですが空気の場合では熱伝導が小さいので体温を奪う速度が遅い」ので皮膚温度は36℃前後を保ち続けます。

暑いやが冷たいといった感覚は、外部温度では同じ皮膚温度で決まるため、「同じ30℃でも皮膚温度の高い空気の方が暑く感じられる」というわけなんです。

もちろん、同じ空気中でも風の吹き方で皮膚温度は変わりますので、濡れタオルを当てながら扇風機に当たっているだけでも、かなり涼しく感じる事が出来ますね。

頭の体操・IQサツ

<Q> ?に入るひらがな

1文字は?に?

答は55の通信またはHPにて

<VOL 100の答え>

小さい頃に、本をよく読んだ
(さひろ・にほん)

