

サンユウグループから大切なあなたへお届け致します

# くらしのコンシェルジュ

Vol.67 2010年9月号

〒114-0023 東京都北区滝野川7-18-1 APTOビル2階 電話 0120-312-072

ホームページ: <http://www.sanyuu.com> 電子メール: [info@sanyuu.com](mailto:info@sanyuu.com)

## ご存知ですか？医療を支える献血活動

**国内の献血でつくる血液製剤**  
病気やけがの治療などに欠かせない輸血に使われる「血液製剤」のほとんどは、国内の献血によって支えられています。

献血された血液は病気の種類や治療目的に応じて輸血用血液製剤や血小板製剤などに加工されて医療現場で使われます。しかし、血液製剤は長期間の保存ができません。例えば、血小板製剤は数日で有効期限が切れてしまいます。このため、常に多くの献血が必要とされるのです。

### 9割近くは病気の治療に

輸血というと、交通事故など不慮の事故でけがを負ったときに使われる印象が強いと思います。しかし、そのように使われるのは全体の3%程度で、9割近くが病気の治療

のために使われています。その半数が、がんの治療に。がん以外にも胃潰瘍や大動脈瘤などの「出血性疾患」や白血病などの「血液疾患」、肝硬変などの治療にも欠かせません。

日本では、輸血用の血液製剤はすべて国内の献血でまかっています。熱傷などの治療に使うアルブミン製剤などは輸入に頼らざるを得ない状況にあります。

血液製剤は人の血液を原料としているという事情から「国内で使う血液製剤は原則として国内の献血でまかなうことが望ましい」とされています。

### 2011年に採血基準を改正

厚生労働省によると、09年は全国で延べ529万人が献血に協力しました。しかし、近年の少子高齢化社会の進展

と、若い年代の献血離れで従来の血液製剤が不足することが懸念されています。

献血は地域ごとに運行している献血バスや血液センター、献血ルームなどの常設施設で受け付けています。採血時には、献血者の健康を守り、輸血を受ける人の安全性を確保するために問診や血圧測定などで健康状態がチェックされます。

2011年4月1日からは採血基準の改正が行われ、より多くの人が献血に協力できるようにになります。皆さんの善意を社会に生かす機会として献血を考えてみませんか。



# 健康そうだん室

## 薬の副作用

### 「副作用」も作用のうち

薬には医師が処方する「医療用医薬品」と薬局やドラッグストアなどで買える「OTC医薬品」とがあります。医療用医薬品は医師が患者を診断して、その人の体質や症状に応じて出されるものです。OTC医薬品は自らの判断で使用する前提なので、安全性や有効性に注意を払うことが大切です。

#### ●体質や体調などで現れる

薬を使うと、病気を治すための効果（主作用）が現れます。これに対し、まれに、それ以外の作用がはたらくことがあります。これを副作用とい

います。主作用の反対という意味ではありません。

薬の効果と副作用は、どちらも薬本来の性質です。ですから、副作用のまったくない薬はありません。しかし、副作用は必ず現れるわけではなく、体質、体調、年齢、性別、生活環境など、さまざまな要因に左右されるのです。

#### ●薬剤師に相談しよう

OTC医薬品は誰でも安心して使えるようにできていますが、使う人の体質や体調によつては思わぬ副作用を招くことがあります。しかし、必要以上に心配することはありません。大切なのは指示通りに正しく使うことです。

薬を買うときは、その薬にどのような副作用があるの

か、自分の体質に合っているかなどを薬剤師に相談するとよいでしょう。薬の説明書をよく読み、副作用について理解することも大切です。

#### ●副作用が起きたら

副作用の症状としては一般的に、発疹、発赤、発熱、眠気、食欲不振、腹痛、嘔吐などがありません。アレルギー体質の人や複数の病気をもって

いる人は注意が必要です。もし、薬を使用した結果、副作用と疑われる症状が出たら、ただちに使用を中止し、早めに薬剤師や医師に相談しましょう。



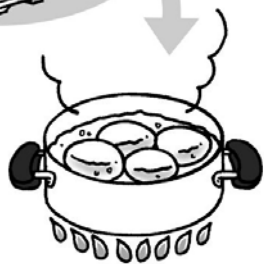
## 家事の知恵

### パック入り卵の半分はゆで卵に

家族数の多い家庭は別にして、夫婦が働きに出ているという家庭ではワンパック10個入りの卵はどうしても長期間置くことになりがちです。ある程度の保存はききますが、なるべく新鮮なものを使いたいという心理もあります。

そこで、3~4個をゆで卵にしておくとう便利です。ちょっとゆで卵がほしいと思っても、固ゆでなら10分前後かかります。冷蔵庫で冷たくなっている卵は、もっとかかります。その時間をかせげるわけです。ゆで卵にしたからといって長期間もつわけではありませんが、冷蔵庫で4日程度は問題ありません。

手元にたいした材料がないとき、輪切りにしてサラダに飾ったり、炒めた青菜に添えたりできるなど、案外役立ちます。



# がんたん レシピ ポークマスタード



## 木オ米斗



【4人分】

- ・豚ロース肉の切り身…… 4枚
- ・ソース
- ・にんにく…………… 1片
- ・ブレンダー…………… 大さじ2
- ・白ワイン…………… 1/2カップ
- ・グリーンアスパラガス… 1束
- ・スープの素…………… 1個
- ・生クリーム…………… 1/2カップ
- ・粉辛子…………… 大さじ1
- ・バター、塩、コショウ、油…………… 適宜

酷暑の後に迎えた残暑の季節。疲労回復や食欲不振に効果のあるビタミンB1が牛肉の10倍も含まれている豚肉は夏バテ対策には最適な食材といえるでしょう。今回はそんな豚肉を使ったメニュー。豚肉のソテーにクリーミーなマスタードソースをたっぷりからめた料理です。肉の持ち味がピリッとした辛みで引き立ちます。豚肉の旨味とコクを味わいましょう。

- ①グリーンアスパラガスをゆでるため、鍋に水2カップを入れて火にかける。水1カップ入れた別鍋にスープの素を砕き入れ、火にかける。
- ②グリーンアスパラガスは根元の硬い部分を切り落とし、半分に。にんにくは半分に切る。豚肉は筋を切り、両面に塩、コショウをする。
- ③①のスープの鍋をおろし、ソテー用に厚手の浅鍋を火にかける。一方の湯鍋に塩少々を入れグリーンアスパラガスをゆで始める。
- ④③のソテー用鍋に油大さじ2を熱してにんにくを炒め、良い香りがしてきたら、豚肉を並べ入れて両面を強火で焼き、ブレンダー、白ワインを加えてひと煮立ちさせ、アルコール分を蒸発させて豚肉とにんにくを取り出す。
- ⑤④の鍋に③のスープを入れて強火で1/2量に煮つめ、火を弱めて生クリームを少しずつ混ぜ、溶き辛子を加えてソースをつくる。
- ⑥④の豚肉を戻してさっと煮、味をからめて皿に盛る。さっと炒めて塩、コショウしたグリーンアスパラガスを添える。



## ビューティー サロン



## 快眠健康法

人生の3分の1の時間は眠っているといわれるように、睡眠は健康管理のためにも、おろそかにできません。理想的な睡眠環境をつくるためには寝具や枕の選択と並んで、睡眠前1、2時間ほど前から脳をリラックスさせることが大切です。

- スムーズに眠るためには＝部屋の照明を暗くして音楽を聴く、ぬるめのお風呂に入る、ハーブティーを飲むなどが効果的です。
- 眠れないとき＝眠ろうとする意気込みが脳を刺激し、ますます寝つきを悪くします。思い切って床を出る気分転換も一法です。
- 目覚めたとき＝起床後、体内に日光を取り入れると、体内時計がオンになります。起きたらカーテンを開ける習慣を。



# マナーの壺



## 茶碗蒸しの上品な食べ方

茶碗蒸しは和食の蒸し物における“定番”アイテム。それだけに、ちょっとした作法が注目されそうです。この料理は茶碗を持つのが正式ですが、熱い場合は受け皿を持って構いません。熱いものは熱いうちに食べるほうが良いからです。

本来、器を食卓に置いたまま口を近づける食べ方は無作法ですが、熱すぎたり、器が大きかったりする場合には例外とされています。食卓に置いて食べる場合は添えてあるスプーンで一口分ずつ口元に運びます。右手ですくう場合には左手を添えるようにしましょう。万一こぼしても多少は冷めており、左手で受けられるからです。かまぼこ、ゆり根など、スプーンを使うには大きすぎる具は箸でとって食べましょう。スプーンは本来、卵液用です。

## 専務よるひと言

暑かった夏もようやく終わりが見えてきたでしょうか？

豪雨とか、蒸し暑い日が多かったような気がします。暑い中お出かけした皆さん、お疲れ様でした。私もどこかへ遊びに出掛けたかったです。仕事が仕事と子供の行事でプライベートはどこも行けず仕舞いでした。

逆に友達が私の地元遊びにきてくれました。地元のいい宿を教えて、夜は一緒に地元の美味しい店へ。自分も普段はそんなに行かない所なので良かったです。旧友と飲むお酒は最高ですね！

それで友達が持ってきてくれた地元の観光ガイドブックを見せてもらって、こんな店が出来ていたのかと、いくつも新しいレストランなどを発見したりして。ずっと地元にいるとかえって見えてないことがありますね。

そのうちの一軒には後日に家族で夕食を食べに行きました。美味しかった！さすがガイドブックは侮れませぬ。みなさんも自分の住んでいる地元の観光ガイドをチェックしてみたいかがでしょうか。

## 季節のMEMO

# 残暑

本来は立秋以降の暑さをいいますが、暦の上の立秋は夏の盛りであるため、残暑と呼ぶにはふさわしくありません。やはり、9月に入ってから暑さのほうが残暑と呼ぶのに合っています。残暑は夏の間より苦しく感じるものですがそれでも朝夕はさすがに秋を思わせる涼しさがあります。それと共に、空の様子も変わります。空気中の水蒸気やゴミのせいで白っぽく見える春や夏の空に比べ、秋は青みを増します。翳(いわし)雲が浮かべば、いよいよ秋の訪れです。

- ひと言：今月当社は、決算を迎えます。おかげさまで今期も十分な利益を得る事ができました。これもひとえにお客様を中心に、メーカー・職人などの協力会社のおかげと感じております。協力会社にはかなり無理を言いましたが、報われます。

- 発行：サンユウグループ本部倉田豊治
- 営業時間：AM9：00～PM6：00(日祝祭休)
- 住所：〒114-0023

東京都北区滝野川 7-18-1  
APT Oビル 2階

- TEL：0120-312-072
- FAX：0120-975-653
- URL：<http://www.sanyuu.com>
- e-mail：[info@sanyuu.com](mailto:info@sanyuu.com)

# 世間は秋モード



## ☆☆☆今月の星占い☆☆☆ 2010年 9月1日~30日 ☆☆☆

### ♋ びし座 (3月21日~4月20日生まれ)

普段は口にできない感謝の気持ちを素直に表現して。その心がけが運気を高めるカギ。総合運○

### ♉ おうし座 (4月21日~5月21日生まれ)

進展の暗示。思い切って具体的な行動に移してみても。期待以上の結果が得られるはず。総合運◎

### ♊ ふたご座 (5月22日~6月21日生まれ)

運気低迷。周りとの意見が合わず、ストレスに。お付き合いよりプライベートを重視して。総合運△

### ♋ かに座 (6月22日~7月22日生まれ)

情報に振り回されて迷いが生じます。良い話ばかり入ってきても慎重に対応しましょう。総合運△

### ♏ しし座 (7月23日~8月22日生まれ)

何事もスムーズに展開する暗示。今のあなたなら、ピンチをチャンスに変えられるはず。総合運◎

### ♎ おとめ座 (8月23日~9月23日生まれ)

忙しくても充実した毎日に満足度は高いはず。体調管理を怠らず、テンションをキープ。総合運○

### ♎ てんびん座 (9月24日~10月23日生まれ)

金運低迷。見栄をはってブランド重視の買い物は禁物。吟味した上での購入を心がけて。総合運△

### ♏ さそり座 (10月24日~11月22日生まれ)

対人運が好調です。自分を高める趣味を通じた人脈が、後々大きな力となるでしょう。総合運○

### ♏ いて座 (11月23日~12月21日生まれ)

目上の引き立てを受けて、実力発揮のとき。適切なアドバイスが成果に繋がるでしょう。総合運◎

### ♏ ゆぎ座 (12月22日~1月20日生まれ)

運気向上のカギは掃除。人間関係を含め、いるものといらないもの、思い切って整理を。総合運○

### ♏ みずがめ座 (1月21日~2月18日生まれ)

融通が利かれないと思われ、チャンスを逃しそう。慎重すぎるのは禁物。物事は大らかに。総合運△

### ♏ うお座 (2月19日~3月20日生まれ)

資格取得を含め自分磨きに専念を。人生を左右する大きな見返りも夢ではありません。総合運◎

## MEMO:2010年9月号

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

## 暮らし空間術

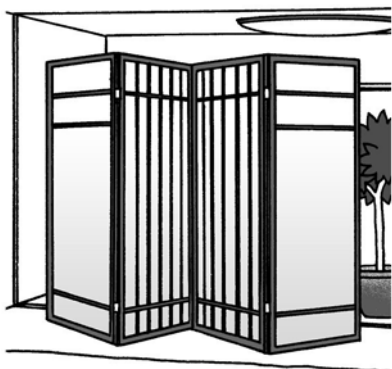


### 模様替えに役立つ、間仕切りの工夫

季節が変わったのを機に、模様替えを計画している方も多いでしょう。部屋を区切っている引き戸を外して目隠しになる間仕切りをすると、模様替えに役立ちます。

間仕切りには、ロールスクリーンのように上下可動するもの、パネルスクリーンのように左右にスライドするもの、固定型のパネルなどがあります。上下タイプは洗濯機の目隠しなどに便利です。左右タイプは出入り口などに利用します。固定タイプは部屋のスペースを区切る壁面の役目をします。

いずれも市販の完成品を購入するのが手っ取り早いのですが、キットも豊富に用意されています。自分の趣味や部屋の雰囲気に合わせて素材を選んだり組み合わせたりするのも楽しいですよ。



## ちょっとこぼれ話



### 改正割賦販売法とは

商品の購入やサービスに対する代金を後払いできるクレジット契約は便利な反面、支払い能力を超えるクレジットが提供される場合もあり、消費者が支払い困難に陥る問題が増えています。こうしたケースを防ぐために設けられたのが「改正割賦販売法」です。改正により、クレジット会社には「支払可能見込額」の調査が義務づけられました。

「支払可能見込額」とは利用者が日常の生活を維持しながら、持続的に支払うことができると見込まれる1年間あたりの金額です。利用者の年収やクレジット債務の状況、生活維持費などをもとにクレジット会社が算定します。年収は基本的に自己申告。生活維持費は被扶養者の数や持ち家の有無などが調べられます。

## 言葉の玉手箱



### 蛙の子は蛙



■Q■ 飲食店を営む知人の息子が修行を終えて、親の店で働き始めたので「蛙の子は蛙だね」と励ましたら怪訝な顔をされました。ほめ言葉のつもりだったのですが、何かおかしいでしょうか。

■A■ おたまじゃくしは成長するにつれ、姿を変えて蛙になります。しかし、それ以上のものにはなりません。子は親に似るもので、平凡な親からは平凡な子しか生まれません。つまり「蛙の子は蛙」という表現には「しょせん」という含みが込められているのです。怪訝な顔をされたのは、そのせいでしょう。ですから、結果的に親をけなすことになるわけです。一見、ほめているようで、実は親をけなしているという意味では「鷹（とび）が鷹（たか）を生む」という言葉も注意が必要です。どちらも、当事者の前で口にするのは避けたほうが良さそうです。

# お客様の声



— お客様からいただいた、感想を紹介いたします。 —

## The User's Voice

### 「見積が速かった」愛知県のH・N様

小型モーターで世界一と言われる日本電産の永守重信社長の本の中に、日本電産がまだ小さい会社であった時、新卒を採用する時お弁当を食べる速さで採用を決めたという話がありました。もちろん今はさすがに違うと思いますが、その意味するところは何事にも一生懸命で速いやつが仕事も速いと考えたそうです。それで、どの道面接してもその人のことが分からないのなら、こんな単純な事で決めた方が正解だったそうです。それと同じで、今回も見積が早かったのが正解だったのかもしれません。

見積が速かった。

### 「その後のアフターも良く」宮城県のN・N様

私共も「買って頂いた時が商売の始まりだよ！」と販売員にはよく話します。中々徹底できていないのが悲しいです。私もサラリーマン時代も入れると30年近く商売をしています。予算がいったときは大体お客様に助けられた時が多いです。紹介や追加購入などお客様になっていただいたときからスタートしたのが多いです。そういった意味で、買って頂いた時から商売は始まると言えます。今後ともその点を販売員に徹底して行きたいと思います。感謝！

知人(アバンゲリーコム)より紹介を受けました(株)サンエウ東北。佐々木敏徳氏の説明がわかりやすく、押付けがなかったので感じよく購入致しました。工事時間も約束通りでその後のアフターも良く感謝しております。

知人より紹介を受けました。サンエウ東北の佐々木氏の説明が分かりやすく、押付けがなかったので感じよく購入しました。工事時間も約束通りでその後のアフターもよく感謝しております。