

# はなさき\*小町

## 小町さんの 気になるモ/ Check!

過ごせるので、同時にエアコンを使って  
も設定温度を下げられますね。

また、最近のこたつはサーモスタット  
自動温度調整の性能が向上して、節  
電効果が高くなっています。いったん温  
度が上がって保温状態になると、こたつ  
はほとんど電力を消費しないそうです。

下半身はこたつでポカポカでも上半  
身が肌寒いと感じるとき、小町の家では  
「一枚多めに着る」が家族の合言葉。  
保温性の高いインナーは必需品です。

### ◆熱効率をアップして省エネ

こたつを上手に使うコツは熱を逃が  
さないこと。ちょっとした工夫で熱効率  
がアップすれば節電につながります。

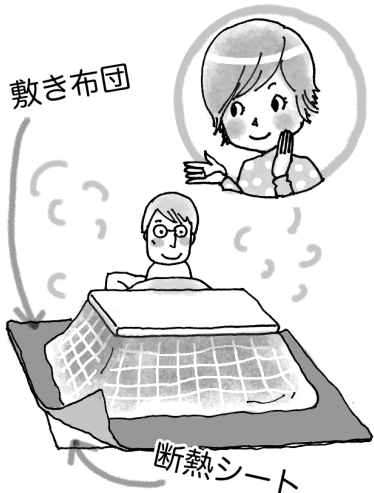
絨毯の上に直接こたつを置く「家庭  
もありですが、敷き布団の利用で熱効率  
が良くなります。掛け布団に上掛けと敷  
き布団をプラスすると、年間で約710  
円の節約になるそうです。↑日5時間使  
用の場合。さらには、敷き布団の下に断  
熱シートを敷くともっと省エネに。ホー

ムセンターなどでこたつ用の断熱シー  
トが入りますが、アルミを貼った銀  
色のシートで代用できます。

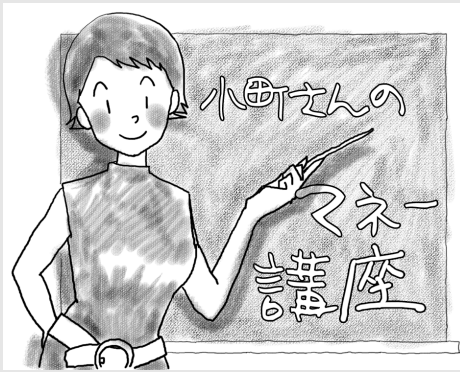
保温効果を高めるには、掛け布団や敷  
き布団は厚手がおすすすめ。薄手なら重ね  
て使うと良さそうです。また、布団の裾  
から熱が逃げないように掛け布団のサ  
イズは大きめにしておきましょう。

設定温度を「強」から「中」にするこ  
年間で約1080円の節電になります  
↑日5時間使用の場合。最初は十分  
な暖かさを感じないかもしれませんが、  
すぐに暖まってくる。

こたつを使うようになってから家族  
回りの時間が増えました。これもこた  
つの魅力ですね。



こたつを上手に使うコツは熱を逃がさないこと



# ちょっとトクする 小町さんの節約講座

## 格安！「100円レンタカー」

### ■短時間だけクルマが必要・・・

レンタカーの料金は6時間からが標準です。クルマが必要なのは6時間未満なのに、6時間分の料金を支払うのはもったいないですね。そこでおすすめなのが最近話題の「100円レンタカー」。短時間だけクルマを使いたいという場合に必要最低限の経費で済む、10分間100円の格安レンタカーです。

### ■100円レンタカーのメリット

10分間100円という格安でレンタルできるのは、新車ではなく中古車だから。中古車販売店が在庫で持っている中古車をレンタカーとして利用したり、整備工場やガソリンスタンドが使っていない代車を貸し出したりしています。

利用者は、お墓参り、スーパーへの買い出し、大きな荷物の運搬などのほか、雨の日に子どもを習い事に送り迎えするタクシー代わりとして、旅先でのちょっとした観光に、または主婦が軽トラを借りてホームセンターに大型用品を買いに行くといった利用法も目立つそうです。さらに、都内でマンション暮らしをしている人がクルマを持つと、駐車場の代金が月に数万円かかります。それならクルマを買うより、必要なときだけ借りれば十分だと考える人が増えているようです。

新車を使った一般的なレンタカーは6～12時間で5000円前後。一方、100円レンタカーなら

6時間借りても3600円。しかも10分刻みで借りられるので、用途に合わせて賢く利用すれば格安で行動範囲が広がります。

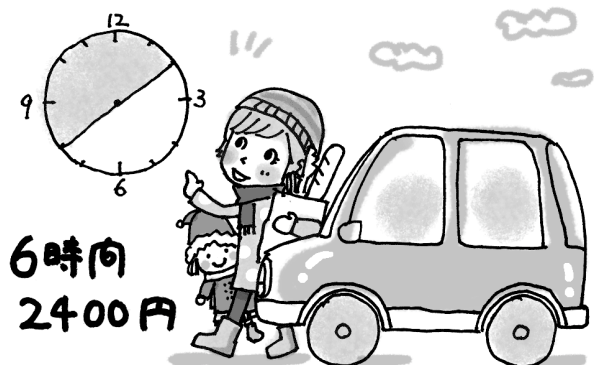
### ■1日借りても割安価格！

10分100円は魅力でも、長時間になれば高くなるのでは？という心配は無用です。たとえば(株)カーベルの「¥100レンタカー」は、ある程度の長時間になると割安価格が適用されます。コンパクトカーの場合、1時間600円、2時間1200円、3時間1800円。3時間以降は割安価格(30分100円)が適用され、6時間2400円、12時間3000円、1日4200円。時間延長は10分150円で、1日以上レンタルも可能です。

便利でお得な100円レンタカーですが、一部の業者は事故や故障に24時間対応していないといった問題もあるようです。事前にしっかり確認しておきましょう。

【¥100レンタカー】

→→→ <http://100yen-rentacar.jp/>



# 自分のなつなび 向かい合わせ

風邪薬を飲んでも効かず、乾いた咳や38℃以上の高熱が続き、特に夜中、頑固で激しい咳が続くようなら「マイコプラズマ肺炎」を疑った方がいいでしょう。

昨年からマイコプラズマ肺炎が大流行しています。この病気はマイコプラズマという菌の感染で起こる肺炎の一種。とはいえ一般的な肺炎のように重症化することはごくまれで、風邪と似た症状だけなので見過ごされがちですが、激しい咳が続くことで胸や背中に痛みが出たり、喘息の発作を引き起こすこともあります。

長引く咳が気になったら早めに病院へ行き、薬を処方してもらいましょつ。今のところ有効なワクチンや予防接種はなく、治療には特定の抗生物質が必要です。



病院では胸のレントゲン検査や血液検査などの結果でマイコプラズマ肺炎かどうかの診断が下されます。しかし、検査結果まで1週間ほどかかってしまうことがあります。簡易診断でも、できるだけ受診当日に結果の分かる専門医にかかるとをおすすめします。

人から人に感染する病気で、特に患者の咳やくしゃみによる飛沫がおもな感染ルートです。できるだけ人混みを避け、手洗い・うがい・マスクでしっかり予防しましょう。また、2〜3週間の潜伏期間があるため咳エチケットを徹底して、周囲で患者が出たらこ注意ください。

## マイコプラズマ肺炎

## 私だけの展覧会

最近上を見るクセがついたのはリビングの天窓のせいだろう。長年のアパート暮らしから念願のマイホームへ。去年、我が家にとった最大のトピックスである。

子どもの頃から天窓のある家に憧れていた。天窓からサンタクロースがのぞいている絵本の挿絵が大好きで、いつか天窓のある家に住んだらサンタクロースと一緒に天窓から自分の家をのぞいてみたいと思っていた。サンタクロースとの夢は果たせなかつたけれど、天窓付きの家に住む夢は叶った。

だからリビングの天窓を何度も見



## 花咲物語

上げてしまおうのだ。そんな私を、よく飽きないねとか、首がこるよと家族は笑うけれど、斜めになった白い天井にしつらえた天窓は、窓枠が額縁になった一枚の絵のようで、見上げるたびに違う風景画なのだから飽きるはずがない。

私だけの展覧会。

私が天窓をそう呼んでいることを家族は誰も知らないから、いっそう愉快な気分になってくる。

マイホームで初めて迎えたお正月。私だけの展覧会」にかかっていた絵は「新春の青空」だった。ブルーの絵の具を水で薄めたような淡い青空と、ひと息で散ってしまいくらいなほど頼りなげな白い雲。何の変哲もない見慣れた風景でも、天窓を通すとしみじみ愛おしい。

天窓から私の家をのぞくサンタクロースを想像してみる。彼の目には楽しげにおしゃべりしている家族の姿が映るだろう。天窓の外から見ると私だけの展覧会」。テーマはいつも家族の笑顔」であってほしい。