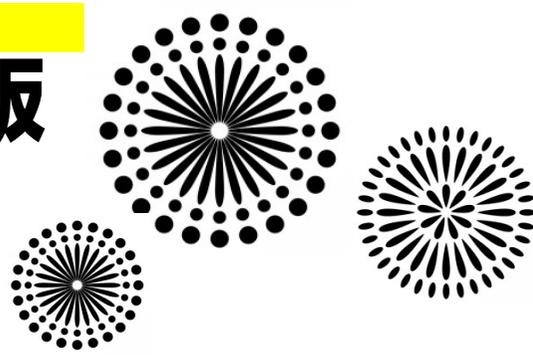


暮らしの瓦版

2023夏到来



夏本番です!今年の夏は?

梅雨明けから8月上旬はフィリピン近海の対流活動が活発となり、西日本や沖縄を中心に太平洋高気圧の勢力が強まり、暑さのピークとなる予想です。本格的な暑さに慣れていない時期ですので、熱中症には十分な注意が必要です。このため、最高気温が35度以上の猛暑日が続いたり、フェーン現象が起こりやすい場所では40度前後の酷暑になることもあります。

9月になっても日本付近には南から暖かい空気が流れ込みやすいため、前半を中心に残暑が厳しい見込みです。暑い期間が長くなるため、夏バテにならないよう体調管理が大切です。

今年は平年と比較して、夏の前半ほど台風の発生数が多くなる予報が出ています。暑さと、自然災害にも注意が必要な夏になりそうです。

首を冷やすことで頭部や全身を効果的に冷やすことができるネッククーラーは、熱中症対策にもぴったりなアイテムです。災害時にエアコンが止まった時にも役立ちそうですね!

この時期多い食中毒

一般的に気温と湿度が上がる夏場にかけて、食中毒は増える傾向にあります。去年も5月の88件だったのに対して、6月に入ると128件と急増してしまい、発表されているだけでもこんなに多く、実際はこの何倍も発生していると言われていています。主な細菌を挙げますと、まずO157に代表される「腸管出血性大腸菌」です。とくに牛肉やレバーで多く見られます。人間の腸に入ると特殊な毒素を出し、感染した人は死亡する場合があります。毎年ニュースで聞かない年はないかと思えます。注意が必要なのです。

食中毒対策方法!

※食中毒の原因となる細菌の多くは、75℃で1分間以上加熱すれば死滅します。ですから、肉の中心の色が白っぽく変わるまでしっかり焼いて食べれば安心なのです。

一番怖いのが・・・鍋料理です。たとえば毎年どこかで発生するのがカレー
※空気と接しない部分ができる、大きな鍋や釜でカレーや煮込み料理を作ったときに増えやすいんです。細胞のなかに「芽胞(がほう)」という「種」のようなものをつくり、100℃で数時間煮込んでも死なない場合があります。増殖しやすいのが43℃~45℃くらい。煮込んだカレーを常温でゆっくり冷ますと、その間に、高温で加熱しても生き残った菌が増えることが多いので注意が必要です。

**対策としては、小分けにして冷蔵庫で急速に冷ましたうえでなるべく早く食べる
そして食べる時にはかき混ぜながら、十分に加熱することが重要です。**

食品のカビを防ぐにはどうするのが良いのかのまとめです。

※低温、乾燥、そして密閉して空気に触れないようにするということが重要です!



2023年
8月号



電気代高騰



今年2023年の夏は、電気代がさらに高くなる!

原油価格高騰やウクライナ情勢などの影響により、高騰が続いているのが電気代です。今年2023年の夏は、さらなる電気料金の値上げが予定されています。夏には、一体どの程度の電気代がかかってしまうのでしょうか。熱中症にも注意が必要な中、快適に過ごす為の方法をお伝えします。

昨年2022年夏(7~9月期)における電気代平均のデータは、単身世帯の電気代(1カ月)は、総務省の家計調査2022年(実数、構成比、増減率、寄与度)によると6418円でした。

一般的に、「暖房器具を多用する冬場に電気代が高くなる」といわれます。上記の数値においても、真冬となる1~3月期は他の季節より電気代が一段高くなっています。夏場の電気代は冬に比べればやや抑えられることが分かりますが実際どれくらい上がるのでしょうか。

たとえば東京電力では、17.6%の値上げを国に申請しています。もし利用料金が17.6%値上げされた場合、夏以降の電気代は昨年2022年における単身世帯1カ月の電気代は6418円です。この額に17.6%分を上乗せし計算すると、7548円(小数点以下四捨五入)となります。つまり単身世帯の場合、昨年の夏に比べおおよそ1100円弱、電気代が高くなる計算となります。

エアコンの電気代は?

扇風機とエアコンの電気代を比較してみたら驚きの結果が! エアコンと扇風機をそれぞれ1カ月毎日使用したとしてかかる電気代を比較すると、エアコンの電気代が月2,332円、扇風機は月219円でした。なんと、扇風機の電気代はエアコンの1/10以下と大変安いことがわかりました。エアコンの掃除をしていなかったり、年式が古いとこの金額より高くなります。(18時間運転の差です) エアコンの設定温度を27℃から28℃に1℃上げることで、年間約820円の節電になると示されています。まずは設定温度の見直しから取り組んでみるのも効果があると思います!

テレビの電気代は?

テレビ(32V型)の画面の輝度を最適(最大→中間)にすることで、年間約730円の節電になると示されています。初期設定の状態は輝度が最大になっている機種も少なくありません。目をいたわる為にも、輝度はやや下げて使用するのが良いのです!

使用しながら、上手に節電をして、快適な生活を送りたいですね。

北本建設株式会社 ☎ 048-591-1234

小さな修理から大きな建物建設まで、建物の事なら何でもご相談ください

担当者 太田まで