



エアコンの上手な使い方！

この度の東日本大震災の影響により、夏場の安定した電力供給が危ぶまれています。

そこで、電気消費量が多くなる午前9時から午後8時にかけて、一人ひとりの節電への心がけが大切となります。

特に、夏場は、冷房需要が増え、午後2時ごろに電力消費量のピークを迎えます。

この時間帯において、一般家庭で消費される電力の割合が最も高いのがエアコンで、上手なエアコンの使い方が有効な節電につながると言えます。今回は、夏場に向かい、節電のポイントとなるエアコンの上手な使い方を紹介します。

※資源エネルギー庁推計

- 温度・湿度の調節
 - ① 設定温度は28℃を心がけましょう。
 - ② 除湿機能を活用しましょう。



- ④ 断熱効果のあるカーテンやブラインドに変えましょう。



- その他の節電方法
 - ① エアコンだけでなく、扇風機を活用しましょう。
 - ② 2週間に1度は、フィルターを掃除しましょう。
 - ③ 使用するエアコンの台数を減らしましょう。
 - ④ 帰宅したら、すぐにエアコンを掛けずに、まず換気しましょう。
 - ⑤ 室外機の吹き出し口を、塞がないようにしましょう。

- 日差しをカット
 - ① すだれやよしずなどを活用しましょう。
 - ② ツルが伸びる植物（朝顔やキュウリ、ゴーヤなど）でグリーンカーテンを作りましょう。



- ③ 室外機は日陰に設置するか、日除けで直射日光を防ぎましょう。



※扇風機の併用でエアコンの冷房も効率的に

シリーズ「スポ少」紹介③ 馬頭WING スポーツ少年団



現在は全国大会出場を目指し日々練習しておりますのでソフトボールに興味のある方、県大会で活躍したい方の入団をお待ちしております。練習日は毎週火曜日・木曜日の午後7時15分より大田山下郷運動場で行っております。見学、体験入団（事前連絡不要）等も歓迎致しますのでぜひ一度、県内トップレベルのプレーをご覧ください。

指導は福田監督をはじめコーチ陣、公認指導員が優しく指導致します。

連絡先 ☎0287-92-5636 福田
☎0287-92-4144 磯野

このたびの東日本大震災により被害を受けられた皆様方に団員一同心よりお見舞い申し上げます。わが馬頭WINGスポーツ少年団はソフトボールを通じて子どもたちには、何事にも諦めないで挑戦し勝利する"Challenge for Victory"(勝利の為に挑戦する)の精神のもと日々指導しております。発足当時は無名・弱小チームの為練習試合を組むのさえ大変苦労しましたが、現在では第22回関東大会出場、第1回東日本大会出場、平成22年度新人戦3位、今年8月6、7日大田原市で開催の第28回関東大会出場と県内でも有名強豪チームに育ってまいりました。

広報文芸

俳句

復興の願ひを込めし鯉戦
日向ぼこ菩薩のやうな婆と会ふ
筈にずしりと囁みし鎌の先
朧夜や夢の中にも母の居て
すれ違ふ少女のリボン春の風
神棚に命名の文字風光る

松野 鶴川 良子
松野 横山 義夫
久那瀬 星 健彦
久那瀬 堀江 直子
小川 金井 和子
谷田 荒井 大作

短歌

額寄せて玻璃戸に迎え待つ子らのすがた愛しも園の夕べは
馬頭 西宮 定子
余震やや少なくなりて咲き盛る牡丹愛でる常もどり来る
馬頭 佐藤 節子
数日を経て定まりしキュウリ苗伸び初めのつるに触れてみる朝
和見 藤田 和夫
大地震に潰されし古き膳碗を燃やせば炎哀しく猛る
小川 古澤 實
若鮎を解しつつ話す声高し同友会は川風の中
吉田 塚原 タイ
庭の木の大方伐られ明け昏れに鳥の声無し寄るべなき寂
小川 郡司 喜恵

川柳

お月様取ってほしいと言うひ孫
人前でねだるおもちやに親が負け
肩をもむ孫が知ってる年金日
抜け道を用意してから売るけんか
もう少し長生きしてもいいですか
幸せは本音を吐ける友がいる

谷田 岡崎 友子
小砂 笹沼 季子
谷田 岡崎 甫子
大山下郷 佐藤 有紀
小川 平澤 照雄
薬利 大嶋 克明

新着図書

【東日本大震災】



朝日新聞出版／著（朝日新聞出版）
未曾有の大震災発生から1カ月間、最前線のカメラマンがとらえたものは…。朝日新聞の総力を結集、歴史に刻む報道写真を多数掲載。今回の地震や、巨大津波の衝撃について、数字と図でわかりやすく解説してあるほか、福島原発事故の詳細も収録。語り継ぐべき惨禍の記憶を永久保存する一冊。

【偉大なる、しゅら公園】



万城目 学／著（集英社）
琵琶湖畔の街・石走に代々住み続ける日出家と禰家。両家には、受け継がれてきた特別な「力」があった。石走高校に入学した日出涼介、日出淡十郎、栗広海が偶然同じクラスになったその時から、力で力を洗う戦いの幕が上がった。発表する長編作品が、次々と映像化されることも話題を呼ぶ著者の最新作。

【木の声が聞こえますか】



- ◇ 「ちよの負けん気、実の父親」 佐藤雅美／著（講談社）
- ◇ 「ばらばら死体の夜」 桜庭一樹／著（集英社）
- ◇ 「なすな」 堀江敏幸／著（集英社）
- ◇ 「復讐した」 山田悠介／著（幻冬舎）
- ◇ 「この女」 森 絵都／著（筑摩書房）
- ◇ 「源内なま講」 高橋克彦／著（文藝春秋）
- ◇ 「日本復興計画」 大前研一／著（文藝春秋）
- ◇ 「世界一やさしい精神科の本」 斎藤 環／著（河出書房新社）
- ◇ 「きみはなぜ生きていくのか？」 中島義道／著（偕成社）
- ◇ 「紫式部の欲望」 酒井順子／著（集英社）
- ◇ 「絵柄入りでつくろいアイスボックススツッキー」 イトウユカ／著（河出書房新社）
- ◇ 「知識ゼロからのお参り入門」 茂木貞純／監修（幻冬舎）
- ◇ 「断捨離で日々是こぎげんに生きる知恵」 やましたひでこ／著（アスコム）