

毎年この季節は、梅の花の薫りで春の訪れを感じます。あたたかい日にゆったり散歩もいいですね。

～春を探しに、梅を見にいきませんか～

《薬師池公園》・東京都町田市野津田町3270
薬師池公園管理事務所・042-734-8527

交通機関

町田駅(JR横浜線・小田急線)駅前(POPビルの先)から「本町経由鶴川」行き、又は「野津田」行きバス約15分「薬師池」下車(タクシー: ¥1,500.-)
*車の場合、無料駐車場有り

見どころ

約3万坪のこの薬師池公園は、「新東京百景」の1つに選ばれています。池の回りには250本の梅の木が植えてあり、2月中旬～3月下旬が見頃。その他、椿や花菖蒲・大賀ハスなど、四季を通して楽しめます。夏には「ザリガニ釣り」などイベントもあり、ご家族で楽しめる、身近な公園です。



花粉症にお茶カテキン

健康生活

～つらい花粉症には、お茶が効く！！～

いよいよ花粉の季節到来！花粉症の人には辛い季節ですね。かかってしまうと、勉強や仕事は手につかなくなるし、鼻はムズムズ、目はかゆくなり、くしゃみがとまらないなど...花粉症によるストレスは相当なものです。

そこで、ぜひ試していただきたいのが、お茶を使った手軽な方法。お茶を普通に飲む程度の濃さで入れ、人肌程度まで冷まし、コットンにたっぷり染み込ませて、目をすすぐ。まぶたの上で軽く叩くようにするだけで大丈夫です。

カテキン効果

緑茶に含まれるカテキンという成分には、殺菌・消毒作用があり、それが、花粉症や、目やに、充血、疲れ目などに効果があるんです。お茶を、入浴剤のかわりに適度に浴槽に入れると、アレルギー性の皮膚のかゆみや水虫などにも効果がありますよ。高いお茶でも安値の番茶でも効き目は同じです。



～オレオレ詐欺改め～

振り込め詐欺特集！！

ニュースなどで耳にする『振り込め詐欺』。なぜそう呼ばれるようになったのかご存知ですか？ 手口が進化し、電話口で「オレオレ」と言われなかったのに、信じて騙されたケースが多発化し、警察庁で呼び方を改名したのです。その中には「架空請求詐欺」や「融資保証金詐欺」も含まれます。では、今までの手口からどのように変わったのでしょうか？



今まで...
「オレオレ」などで始まり子や孫になりすまし、騙すケース。
最近...
警察官など、第三者になりすまし事故などをでっち上げ騙す。

被害の具体例...
オークションサイトで、出品しない商品を落札させて騙す。
架空の金融会社を装い、融資保証金の前払として払わせる。
身に覚えのない有料サイトの、架空請求書が送付されてくる。
中にはこんなケースも
教師自宅に、校長を名乗り「女生徒にセクハラをし、示談金が必要だ」などと、ニュースを見て実際の事件から真似るケース。
地震の被災者の親戚に、「捜索中の甥さんが、お金に困っている」などと震災を悪用したケース。



被害に遭いやすい人がいる？

高齢者ばかりと思われがちですが、警察庁の発表によりますと、50代が最も多く次いで60代、40代のいずれも女性ばかりです。その理由は、午前から午後の早い時間帯に掛かってくる電話によるものが殆どで、その時間帯に一人で行っている人が被害に遭いやすいそうです。

どのような対策がとられているのでしょうか？

- 金融機関**・・・ATM機に、詐欺による振込みを、思い留まらせる内容の文章の紙やステッカーが貼ってあります。窓口などでも行員が不審な振込に、声を掛けるよう指導されている所が増えています。
- 市町村**・・・ポスターやステッカーで、街中や各家庭に呼びかけています。
- 損害保険会社協会**・・・ポスターや、インターネットなどで呼びかけています。
- 警察庁**・・・犯人グループが首都圏を拠点としている為、地方との連携を強化し専従捜査をする「緊急対策チーム」を集約させ、合同調査を行っています。

もしも、不審な電話がかかってきたら...
(ダイレクトメール)

あわてない
警察や、家族など誰かに必ず相談しましょう。
覚えのない請求はすぐに支払わず、本当かどうか確認しましょう。
相談をした人のほとんどが詐欺に遭わずにすんでいます！

簡単レシピ

豪華！海鮮ちらし

お刺身を切っただけのせるだけ、簡単に豪華に見えるちらし寿司です。好きな具を組み合わせてどうぞ！ひな祭りやパーティーにもぴったりです。



【材料 (4人分)】

- 米・・・3合
- きゅうり・・・1本
- 青じそ・・・3,4枚
- カイワレ・・・半パック
- 刺身・・・好きな具を適宜
- イクラ・・・適宜
- すし酢・・・分量はお好み
- わさび・・・適宜
- 醤油・・・適宜
- 【玉子焼き】
- 卵・・・2個
- みりん・・・適宜
- ダシ・・・適宜
- 薄口醤油・・・適宜



【作り方】

ご飯を炊き、寿司酢を合わせて酢飯を作る。ご飯を炊く時、少々出し昆布と一緒にに入れて炊くとなお美味。
出し巻き玉子または厚焼き玉子を作り、1cm角くらいに切る。市販のもでも可。
刺身はそれぞれ1cm角位大に、きゅうりは縦4つ割りにし、1cm位の長さで切る。青じそは千切り。
寿司飯の上に切った具をばらばらとせ、最後にいくら、青じそ、カイワレを散らす。わさび醤油は食べる時にかけていただく。

体にいいと大人気のお酢。食欲増進や、疲労回復などの効果に加え、食物の殺菌・保存作用もあります。お酢をおいしくたくさんとって健康な体を目指しましょう。



住まいの2nd ステージ セール期間平成17年1月～3月末日まで

くらしの応援フェア

期間中右セール品をお買上げの方に
もれなく大特価

東京湾ランチクルーズ&都内バスツアーにご招待！

1セットに付きお一人様・平成17年7月
10,000円以上お買上げの方にも抽選で当たります

- オススメ品
- 床暖房セット
- システムバス
- 浴室乾燥暖房機
- システムキッチン

*もちろんお見積は無料です。お気軽にご相談下さい！カタログを持参の上、ご説明に伺います。

