



今月も知花に代わって、邦画好きな新里が『明日を綴る写真館』を紹介します。

田舎で古い写真館を営む、カメラマンの冨島（平泉成）の写真に心を惹かれた都会で有名なカメラマン太一（佐野晶哉）は、キャリアを捨ててまで冨島に弟子入りします。

冨島の写真館には、今の時代にはあまり見かけない、地域の人達が訪れて、遺影や家族写真を撮りに来るような昔を思い出す雰囲気の中で、太一は少しずつ成長していきます。

冨島の息子役は、県出身の嘉島陸さん、ココも注目です！

平泉さんは80歳にして、今回が初主演らしいく、脇役には、市毛良枝さんや佐藤浩市・田中健・黒木瞳・吉瀬美智子さん等、豪華俳優陣が出演します。

映画を観たら、ふと10年以上前に購入した一眼レフを使いたくなりましたがカメラマンの2人のようには、うまくピントが合わず苦労しています・・・



邦画ファンの皆様また次回をお楽しみに！



# おとなり通信



～お客さまとの心の掛け橋をめざして～

2024年6月

こんにちは知花です。今月の邦画

若いスタッフが、淡めの感動作を選んでくれました。

梅雨空、激しい天候変化に驚きます。

では、今月号のスタートです。 よろしくお祈りします(^ ^)



## Let's try 脳トレクイズ



**Step 1** 絵を描く人は、  
2匹の虫を飼っています。  
それは何と何でしょう？



**Answer** 蚊と蛾 (絵を描く人は画家→がが)

**Step 3** 次の問題を自信なさそうに  
答える動物は何でしょうか？

・2+2=□ ・1+3=□  
・2×2=□ ・1×4=□

**Answer** 鹿 (答えは全て4→4か?→しか)

**Step 2** あるなしクイズ

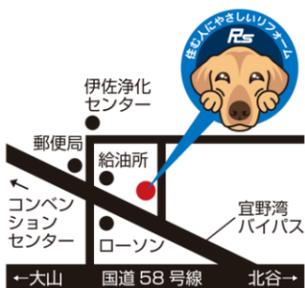
ある	銃	なし	大砲
あるなしクイズ	貨車	客車	客車
	パン	ご飯	ご飯
	盆	正月	正月
	土管	パイプ	パイプ
	琴	三味線	三味線

**Answer** 擬音語  
(銃→ジュウ 貨車→カシャ パン→パン 盆→ボン 土管→ドカン 琴→コト)

**Step 4** とても危険な場所に監禁  
された女王がいます。  
女王に2つの冠のようなものを  
被せると、無事に救出  
できます。何と何を被せれば  
いいのでしょうか？



**Answer** ウ冠「ウ」と いりがしら「入」  
(女にウ冠「ウ」、王にいがしら「入」を付けると女王→安全)



外壁塗装・防水工事・内装・はくれつ工事  
マスコットボーイの ミッキーで♪ **リフォームサイエンス(株)**  
宜野湾市伊佐3-9-12 HPはコチラ↓  
0120-84-4146 携帯電話・PHSからもご利用になれます  
営業時間 朝8時～夕方6時

## HOROSCOPE 2024年 星占い6月の運勢 占い/瑠璃光ルナ

<b>♈ おひつじ座(3/21~4/19)</b> 何事も見直しが重要になるでしょう。見落としがないかどうか、繰り返しチェックすること!	<b>♏ しし座(7/23~8/22)</b> 美的センスを重視した取り組みでチャンスあり。ファッションや持ち物にこだわりを持つと◎。	<b>♐ いて座(11/22~12/21)</b> ルーティンワークに集中しましょう。人を支える活動で有能さを発揮する可能性大。
<b>♉ おうし座(4/20~5/20)</b> 与えることでパワーアップできるでしょう。自分の強みが相手を回復させるきっかけになりそう。	<b>♍ おとめ座(8/23~9/22)</b> 自分と似ている人に引き寄せられそう。創造的な活動を通して、協力し合えるチャンスあり。	<b>♏ やぎ座(12/22~1/19)</b> 浪費に注意が必要!贅沢嗜好になりがちです。健康を意識した生活を第一にすることが大切に。
<b>♊ ふたご座(5/21~6/21)</b> 発展性のあるチャレンジにツキあり。1年後に達成できそうなことに取り組んでいくとモチベーションアップ。	<b>♏ てんびん座(9/23~10/23)</b> ひとり勝ちが禁物。敵を作り過ぎないように、お互いのメリットを考えて行動すると発展的な流れに。	<b>♋ みずがめ座(1/20~2/18)</b> 土台作りに徹しましょう。今は限りなく基本に忠実に!当たり前前のごことを丁寧にこなすと安定します。
<b>♏ かに座(6/22~7/22)</b> 何かと注目を浴びやすいタイミング。ユーモアのセンスを磨くなど、自己アピールを洗練させると人気度アップ。	<b>♍ さそり座(10/24~11/21)</b> 芯の強さが個性につながるでしょう。自分なりのこだわりを維持することが成功のポイントに。	<b>♋ うお座(2/19~3/20)</b> 感動的な経験でパワーアップ。自分が主人公になれるようなエンタメにハマる可能性あり。

## 暮らしの知恵 梅雨の湿気対策

気持ちのよい夏を迎えるために、  
ひと足早く湿気対策を始めましょう。



### 湿気対策のポイント

#### 1 湿度を計ろう!

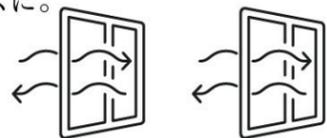
カビやダニは湿度が60%を超えると急激に繁殖し始めます。まずは湿度計で各部屋の湿度を計りましょう。

#### 3 換気扇と扇風機を積極的に使う

換気扇はこまめに回しましょう。浴室などは、扇風機で強制的に換気させると短時間で湿度が下がります。

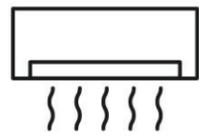
#### 2 空気・風の流れを作る

外の湿度が低い場合は、まずは換気。対角線上の2か所を開けて空気の通り道を作っておくと空気の循環がスムーズに。



#### 4 エアコン・除湿機を活用する

梅雨時は、エアコンの除湿や衣類乾燥機能を上手に使って洗濯物を早く乾かしましょう。



#### 新聞紙

押入れや下駄箱の隙間に丸めて置く。すのこの下に敷く。ただし2~3日毎に取り換えを。

#### 重曹

空き瓶にカップ1の重曹を入れ、ガーゼなどの布でフタをして輪ゴムで留めます。靴箱やクローゼットの隅に置く。

#### ペットボトル

2Lのペットボトルに7割ほど水を入れて凍らせたものをトレイに入れて室内に置くと結露がつきトレイに溜まる。

## ヘルスケア 薬の飲み方

ふだん何気なく買っている市販の薬ですが、お医者さんが出す薬と自分で買える薬の違いをよく知って、自分の体の症状に合った効果的な飲み方をしたいものです。



### 医薬品とは

医薬品とは、治療効果があることを国(厚生労働省)が保証した薬です。お医者さんが出す薬(医療用医薬品)と薬局などで買える薬(一般医薬品)の2種類があります。

### 種類と効果

飲み薬には、粉薬、錠剤、カプセル剤、顆粒剤のほか、水薬やシロップなどがあります。錠剤とカプセル剤は、形が違っても治療効果は同じです。ただし、粉薬は、早く吸収されるため、効果が早くあらわれます。

### 市販薬の強さは

医者が出す薬のほとんどには処方箋が必要です。一方、市販薬は、同じ症状や不調を持つ大勢の人を対象にしています。市販薬は自分で買えるため、安全性に配慮し、医療用医薬品に比べて効きめは控えめです。



### カプセル剤は開けないで飲む

カプセル剤は、薬をゼラチンなどでできたカプセルに入れたものです。カプセルは胃ですぐに溶けるもの、胃ではなく腸まで届いた頃に溶けるものなどさまざまな種類があります。効いて欲しい場所と時間を設定して作られているので、カプセルを開け、中の薬だけを飲むのは厳禁です。また、水を使わずに飲むとカプセルが食道にくっついて溶け、粘膜に炎症や潰瘍を起こすことがあります。コップ1杯以上の水で飲むようにしましょう。

## 知って得する お金の話

最近、厳しくなっている家計を救うため、  
食料品の買い方を見直してみませんか?

買い物にルールを決める

### 買い物上手で食費を削減

支出の中でスリム化しやすいのが食費です。買い物の方法をルール化することで、無駄を省きましょう。

- ルール| 1 値段が高いときは極力買わない。
- ルール| 2 通常価格なら次回の買い物までに必要な分だけ買う。
- ルール| 3 定期的にセールがあるものは、次のセール日までまかなえる分を買う。
- ルール| 4 めったにない激安のときには、食べられる量と保存できる量を見極め、上限まで買う。

このルールをうまく活用すると、平均で3割程度は食費を削ることができます。

### 常温or冷凍・冷蔵保存法を確認する

ルールの中でちょっと難しいのが「ルール4」。「激安価格」に誘われて、つい買い過ぎてしまうので注意しましょう。そうならないためのポイントは、保存方法と収納量を確認しておくこと。食品の保存可能時間は、常温、冷蔵、冷凍などの保存方法によって違います。たとえばほうれん草や小松菜などの葉物野菜は、冷蔵では3日程度ですが、一度湯がいて冷凍すれば、1か月以上保存できます。ただ、なんでもかんでも冷凍すると、冷凍庫はすぐにいっぱいになってしまいます。週に1度は冷凍・冷蔵庫の中身をチェックして、なるべく保存期間の短いものから消費するようにしましょう。



## 趣味の時間

### お城巡り

日本には美しいお城が数多くあります。それぞれのお城には深い歴史が刻まれており、趣味としてめぐる楽しみは尽きません。

### 日本のお城は2万5,000基

記録に残る日本のお城は、なんと2万5,000基もあるといわれています。お城という言葉からは「堀に囲まれた石垣の上に天守閣がそびえる建物」をイメージしますが、創建当初のそんな雄姿を残しているお城は全国でも12基しかないそうです。現存するお城の状態はさまざまで、復元されたものや、朽ちてしまい「丘を柵で囲っただけ」という状態のものが多いようです。

ちなみに海外旅行者が選んだ「行ってよかったお城」ランキングでは、大阪城が1位にランキングされています。(マイナビニュース2024.2.10掲載)



### お城の見所と楽しみ方

お城を見るときに注目したいのが、天守と石垣です。堂々とそびえる天守は城主の住まいと考えがちですが、天守は基本的には「物見櫓」であり権力の象徴で、城主の住まいではありません。石垣は時代を経るごとに守りやすいものへと進化しています。お城を作った城主がどんなことを考えていたのか想像すると、ロマンが広がりますよね。

### 【One Point 白いお城と黒いお城の違いは?】

戦国時代のお城には漆塗りの黒い天守閣と、白漆喰塗りの白い天守閣があります。黒の代表格は熊本城や松江城、白は姫路城や宇和島城といったところ。実はこの色分けには意味があり、豊臣派は黒、徳川側は白なのだとか。

