きらきら通信

ホンダ山陰中央(株)
発行
Vol.27

お酢の最強伝説

酢の健康効果・効能

①ダイエット効果…酢に含まれる酢酸(脂肪の蓄積を抑える)、クエン酸(脂肪をエネルギーに変えて消費)、アミノ酸(脂肪の燃焼を促す)がダイエット効果があると言われています。

②疲労回復効果…クエン酸が疲労回復のスピードを速めてくれます。

③血糖値の上昇を抑える…食事をとることで急激に上がった血糖値を抑える効果があります。酢たまねぎを摂り続け糖尿病の薬を断つことができた事例も報告されています。

④抗菌効果…細菌の繁殖を抑える効果があることが発見されました。

⑤腸内環境を整える…腸内の悪玉菌の増殖を抑える効果があります。

酢を取りすぎるデメリット

酢には酢酸成分が含まれています。酸というだけあって、多少なりとも物を溶かす力がある為、酢ドリンクを飲む場合は、原液で飲まずに多めの水や炭酸水で割るなどして摂取しましょう。飲んだ後は歯みがきやうがいをすることも大切です!!

✿酢アレンジ✿

・ドレッシング

酢	15mℓ	まぜるだけ!! 生野菜サラダやカルパッチョ、マリネにも活用できます。
オリーブオイル	5mℓ	

ブルーベリーやりんご酢、ヨーグルト酢などが販売されています。炭酸水や牛乳、はちみつなどの甘さをプラスして飲むとおいしくいただけます。ぜひ一度お試しください。

半妖の夜叉姫（やしゃひめ）

戦国御伽草子

高橋留美子さんの人気アニメ「犬夜叉」が殺生丸・犬夜叉の娘たちの物語となって10月3日から毎週土曜日17時30分〜放送中です。
16年ぶりに「犬夜叉」→「名探偵コナン」の流れで放送されることから話題になっています。

あらすじ

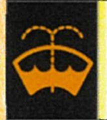
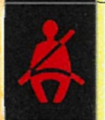
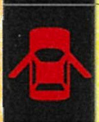
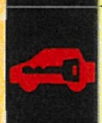
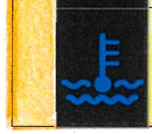
とわ、せつな、もろはは、妖怪と人間の血を引く半妖(はんよう)の少女たちだ。幼い頃、森の火事に巻き込まれ、離ればなれになった双子の少女、とわとせつな。
とわは、時代樹の時空を越えるトンネルをくぐり抜け、戦国時代から現代へとタイムスリップ。
かごめゆかりの日暮(ひぐらし)家の娘として育てられ、武道に長けた女子中学生に成長した。
一方、戦国時代に残された妹のせつなは、妖怪退治屋のお頭となった琥珀の下で妖怪退治を生業にしていた。
もろはは、かごめと犬夜叉の娘。賞金稼ぎとして「化け殺しのもろは」の異名を取り、やはり妖怪退治に明け暮れている。
とわとせつなが別れ別れになってから、10年。時代樹の時空を越えるトンネルが再び開かれた。
現代に現れたせつなと再会するとわだったが、せつなは何故かとわのことを忘れてしまっていた。
せつなと共に現代にやって来たもろはも加わり、とわたち「半妖の夜叉姫」が、現代を、そして戦国時代を、縦横無尽に暴れ回る!

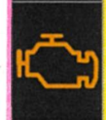
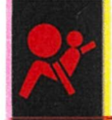
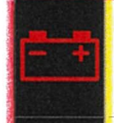
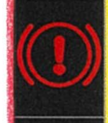
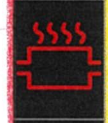
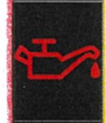
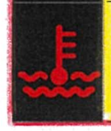
今からだと途中からとなってしまいますが、おもしろいのでぜひ見てみて下さい。

高橋留美子さんの作品は、犬夜叉にも
うる星やつら・めぞん一刻・らんま½ など ありますが…
なぜか…なつかしいと感じるのは…わたしだけ?

これってなんのマーク?

車を運転しているとメーターパネルに表示される様々なマーク。思わず『故障かも!?』とドキッとしてしまいますよね。これらの警告灯・表示灯は走行に関わる異常や故障を知らせたり、ドライバーへ注意や警告を示すものもあります。
今回はその一部をご紹介致します。

	マーク	表示される状況	対応策
ご対応下さいませ	NO KEY	エンジンをかけたままスマートキーを車外に持ち出し、ドアを閉めたとき	スマートキーを車内に戻し、ドアを閉める。
	KEY BATT	スマートキーの電池残量が少なくなったとき	スマートキーの電池交換をして下さい。
		ウォッシャー液が不足しているとき。	ウォッシャー液を補充して下さい。
		運転席または助手席のシートベルトを装着していないとき	走行時は必ずシートベルトを装着して下さい
		ドアが半ドアのとき。	ドアが完全に閉まっているかご確認下さい
		盗難防止のイモビライザーシステムが作動しているとき	スマートキーでエンジンスイッチを押して下さい
		エンジン冷却水の温度が低いとき	やさしい運転を心がけて下さい

マーク	表示される状況	
A	アイドリングストップシステムに異常があるとき	速やかにご連絡下さいませ
ABS	ABSまたはブレーキアシストに異常があるとき	
	エンジンまたはトランスミッションに異常があるとき	
A/T	ATフルードの温度が高いとき	
	エアバッグシステムに異常があるとき	
	バッテリー本体や充電系統に異常があるとき	車を停めて速やかにご連絡下さいませ
	パーキングブレーキが解除されていない、ブレーキ周辺に異常があるとき	
	触媒装置がオーバーヒート状態になったとき	
	エンジンオイルの圧力が不足しているとき	
	エンジン冷却水の温度が高いとき	

お車の車種・年式・タイプや発生状況により、あてはまらない場合がございます。
また、同じマークでも色が違って表示されることがあります。

『赤色=危険』『黄色=注意』『緑色=安全』と点灯する色で緊急性を判断することができます。
Honda Total Care 緊急サポートセンターなら会員様向けに24時間365日年中無休で事故や故障だけでなく、車両やカーナビの操作方法のご質問も受付けておりますのでご相談下さいませ。

Honda Total Care 緊急サポートセンター (会員様専用)
0120-995-999

記事担当
鳥取桜ヶ丘店
倉吉河北店
U-Select鳥取
編集
本社