



グループ通信

発行／ふれディアグループ本部 編集部

〒351-0022 埼玉県朝霞市東弁財1-3-4

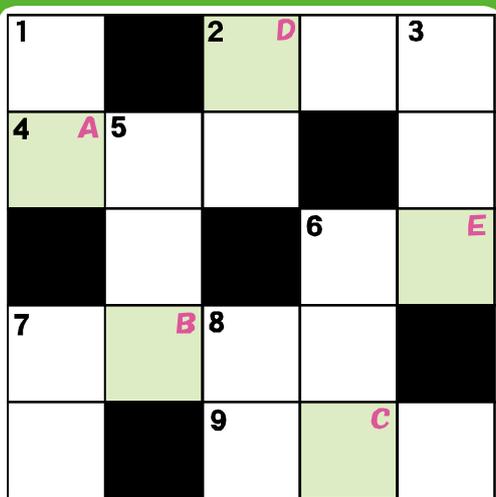
朝霞台駅前ビル8F

全国相談窓口 ☎ 0120-116-017



あけましておめでとうございます。ふれディア通信編集部です。本年もどうぞよろしくお願いいたします。今の季節、屋外での活動やお出掛けの時に必要となるのが**寒さ対策**ですよ。厚手のアウターを着て手袋やブーツなどでしっかり防寒しても、指先やつま先は寒さでかじかんでしまうことも…。そんな時には、手軽に温かさを持ち運べる**使い捨てカイロ**が便利です。使い捨てカイロは1970年代に日本で開発された商品で、1978年には「ホカロン」が大ヒットしました。それまでのカイロといえば、液体燃料（ベンジン）で発熱する**オイル式**の「**ハクキンカイロ**」が一般的でした。このハクキンカイロは手の平サイズでしたが、金属製のため携帯に不便を感じる人が多かったそうです。子どもが持ち歩くにはちょっと大きいですし、背中や腰をピンポイントで温めたくても固定するのが大変。その点、使い捨てカイロなら、軽く、体のどこに当ててもフィットしてくれます。今では、**手首・足首用**、座布団カバーに入れて**おしりを温める用**、**疲れ目対策用**、**足先・足裏用**など、使い捨てカイロの特徴をいかしたさまざまな商品があります。海外の方へのお土産にしても喜ばれるそうですよ。カイロそのものの歴史を見てみますと、かなり古い時代からあったのが「**温石**」と呼ばれるものです。石を火鉢などで加熱して、綿や布で包んで、お腹のあたりに入れて使っていたとか。その後登場するのが、麻殻や炭粉を耐熱容器の中で燃やす「**懐炉灰**」。温石よりも軽く、携帯しやすくなりました。その後誕生したハクキンカイロは、ベンジンの気化ガスがプラチナと接触して発熱する原理を利用したものです。ベンジンを注油して繰り返し使うことができ、少量の燃料で温かさが長時間続きます。最近では、環境意識の高まりやアウトドアブームで、ハクキンカイロの**人気**が復活してきているそうですよ。今ドキの商品としては、**充電式カイロ**というものがあります。手の平サイズほどで、温くなるまでの時間が短く、何度も繰り返し使えます。USB端子で充電ができ、電源バッテリーとしても使えるそうですよ。皆さんのお好みのカイロはどれでしょう？ 冷えは万病の元！ 体を冷やさないように注意しながら、今月も元気に過ごしましょう。 **ふれディア通信編集部**

脳がイキイキ! 健康クロスワード



解答は別ページにのっています。

乱れた睡眠リズムを整える働きのあるホルモンといえ
ば？ **A~E**をつなげた言葉が答えです。

タテのカギ

- 最後の最後で失敗すること。〇〇が甘い。
- 西日本は牛、東日本は豚。カレーの〇〇が違います。
- 切符を切られてしまいます。交通〇〇には要注意！
- サケなどの魚卵を加工し、寿司ネタとしても人気。
- トレンチ派？ ダツフル派？ それともチェスター派？
- 今が旬。体の大きさで呼び名が変わる出世魚。
- 漫オコンビ。〇〇⇔ツッコミ。

ヨコのカギ

- もどかしいこと、この上なし。〇〇〇から目薬。
- ハリウッドはすごい技術。特殊〇〇〇。
- キツネの鳴き声を文字で表現すると？
- 素敵な演奏を聴いて思わず叫ぶ言葉と言えど？
- やかんを英語で言うと？ ホーロー製や電器製など多種多様。