

トピアありがとう通信

第140号 2026/7/23 発行
編集担当 上村 純子



いつもお世話になっております。今回編集担当の上村です。
最近梅雨の時期が短く感じられるほど、雨が少ない日が続いております。その一方で、毎日のように厳しい暑さが続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
日々外で作業されている皆様には、心より敬意を表します。今の時期は湿度が高い状態で気温が上がりやすく、汗がうまく蒸発しないため、体に大きな負担がかかりやすくなります。熱中症の危険性も高まりますので、こまめな水分補給はもちろんですが、少しでも体調の変化を感じた際には、無理をせず早めの休息を心がけて体調にお気をつけください。

この時期になるとキュウリやナス、トマトなどの夏野菜をいっぱいもらえて助かってます(*~*)
夏野菜は水分とカリウムが豊富で、体温を下げて汗で失われたミネラルを補給する熱中症対策に最適な食材です。キュウリを漬物にしたり、トマトマリネにしたりして頂いてます。
トマトに塩をかけて食べるとスポーツドリンクと同様の水分・塩分補給効果が得られるそうなのでおすすめです！
私の大好物！八色すいかもそうなんですよ～。美味しくいただきながら、食事からも体調を整えていきましょうね😊



【夏場の生ゴミどうしてますか？】
最近悩みの種の生ゴミ臭... 皆さんどうしていますか？
特に夏場は台所のニオイの元にもなりやすいし、放置すれば虫が湧くし、きちんと処理したはずなのに漏れたりして嫌な思いをされたことも多いのでは？対策を調べてみました！

生ゴミを放置すると？

- ・**害虫が発生**...ハエやゴキブリなどの害虫、特に夏場は数日放置しただけでハエが、放置時間が長いとハエが生ゴミに卵を産み、ウジが湧きます。そうになってしまうと掃除するのも大変です
- ・**腐敗臭が充満**...生ゴミのニオイの原因は雑菌の繁殖によるもの。雑菌は水分が豊富で温度が高くなると、より活発に繁殖するといわれています。湿気の多い梅雨や気温が上がる夏場は特に注意が必要です。また、魚などの魚介類の生ゴミは、さらにニオイがキツイので放置は厳禁（2日放置したら悪臭でした(-_-)）
- ・**カビのもとになる**...カビの養分は食べカスと水分を中心にできており、そのままにしているとカビ菌が繁殖する原因となってしまいます。カビを放置していると、胞子が空気中に拡散され、それらが付着することでキッチンのタイルやゴミ箱がカビてしまうなんてこともあります。

ニオイと虫の発生を抑えるために気をつけるべきこと

- ①生ゴミの水気をしっかり切る。生ゴミ用の穴のあいた水切り袋を使用するのがおすすめ。
- ②新聞紙などの余った紙で包む。
- ③ポリ袋やお菓子の袋にに入れてゴミ箱へポイ。

★ポテチなどのお菓子の袋は空気の透過率は非常に低く、ポリ袋に比べ、1000分の1ほどといわれていますので活用するとよいそうです。
※地域によっては分別方法と一緒に捨てられない場合もあるのでお気をつけください。

☆強烈なニオイの生ゴミには、重曹がオススメ☆

生ゴミは酸化することにより、強烈な腐敗臭を放ちます。重曹はアルカリ性なので酸化した生ゴミを中和させ、消臭効果が期待できるそうです。《重曹スプレー：水100mlに対して重曹小さじ1です。それをスプレー容器に入れます》
生ゴミを捨てる際に、重曹スプレーをシュッとしてからゴミ箱へ捨てることで消臭効果を感じられるそうです。

☆他にもお酢を使った消臭方法もあります☆

ゴミ袋の中にキッチンペーパーを敷き、お酢と水を1対1の割合で混ぜ合わせたものを染み込ませれば、生ゴミのニオイを中和させることが可能です。（こちらを試してみたら抑えられた気がしました。）



『ディスポーザーおすすめですよ！』

ディスポーザーとは、キッチンのシンク下に取り付け、野菜くずや食べ残しなどの生ゴミを水と一緒に細かく粉砕し、排水管へ流す処理機器です。生ゴミをためずに即座に処分できるため、キッチンを清潔に保ち、ごみ出しの負担を減らすことができます。



弊社にディスポーザーがありますので体験できます
ご興味ある方は、お気軽にお問い合わせください。

いろんな方法を
試しながら、夏を
快適に過ごし
ましょう！



ご報告

第22回トピア祭～わたしの休日やりたいこと'26～

6月6日（土）に「第22回トピア祭」を開催しました。

ご来場頂いた皆様、ありがとうございました。

今年は『魚沼吹奏楽団』の方に来ていただき演奏して頂きました！アンコールでは「マツケンサンバ」を演奏して協力業者様、スタッフみんなで踊り大変盛り上がりました♪
今年も地域の多くの方々から出店、ご協力いただき無事に開催できたことに感謝致します。
来年もまたいろんな企画をしますので楽しみに!!



ご報告

『南魚沼市兼続公まつり お六流し』参加しました。
参加していただいたオーナー様ありがとうございました！



今年のお六流しは、実行委員会からの推薦もあり隊列の先頭で踊りました。
初参加のオーナー様も増え、お子様が山車を引いてくれたり、楽しく踊りました♪（西馬）

来年も参加者募集しております。一緒に踊りましょう！

ご案内

8/8(土)

午前の部

トピア木工教室

9:00～11:00頃

夕方の部

トピアタ涼み会

17:00～20:00頃



木工教室・BBQ・縁日あそび
トピアホームで
夏の思い出を作ろう！！
※詳細は同封のチラシにてご確認ください。

ご案内

第20回トピアの輪
ゴルフコンペ

10/18(日)開催

今年も「トピアゴルフコンペ」を開催致します。
今までコンペに参加されていない方も参加できますので、ぜひお気軽にご連絡ください。
一緒にゴルフを楽しみましょう!!
会場：越後ゴルフ倶楽部
連絡先 070-2494-9544（阿部）



【南魚沼市プレミアム商品券 ご使用お早めに】

トピアホームでは南魚沼市プレミアム付商品券、共通券・限定券どちらもお使いいただけます。
使用期間は2026年8月31日までとなっていますのでお持ちの方は是非ご利用下さい！



※お釣りは出ませんのでご注意ください。

夏季休業のお知らせ

誠に勝手ながら下記日程を夏季休業とさせていただきます。

8月11日(火)～
8月16日(日)

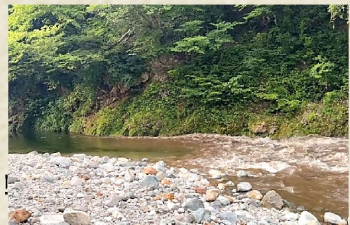
ご迷惑おかけしますが
宜しくお願い致します。



社長のつぶやき ～ vol.80 ～



夏真っ盛り！暑い日が続いておりますが皆さまご自愛下さい。
6、7月と様々の所へ訪れ、出会い、色々な想いがある、どれを皆さんへつづやこうかと悩んでいるのですがこれからの夏休みシーズンの注意喚起も含めて、つい先日経験した鉄砲水（川の急激な増水）についてお伝えします。
私の夏場のライフワークでもある溪流ルアーフィッシング。その日も仕事を終え、今日はどこに行こうかと思案して居るのも楽しい。元気なイワナやヤマメを追い求めて、ウキウキしながら五十沢キャンプ場の上流へタ方入溪。青空の大自然に囲まれながら竿を振り始めて十数分後。何だか水の音が大きくなってきてる、、、石がゴロゴロと遠くから音を立てている、、、。パッと顔を上げると、真っ茶色の濁流が上流から押し寄せてきている！！
川から地上へ上がろうとも崖で上がれない！急いで下流に逃げても足場の悪い川の中では早く移動できない！少しづつ濁流が私の身体を追い越し、包んでいく！身の危険を感じました。甘く見ていました。
確かに上流の巻機山の空はどんより曇っていて、怪しいなとは思っていましたが、自分の上は晴天で侮ってました。もう少し早く川に入っていたらもしかして逃げ遅れていたかと思うとゾッとします！
家族とだけでなく子供達だけで川に入ることもあるでしょう。気を付けて魚沼の自然を楽しみましょう！



右側から濁流が押し寄せてくる様子。
何とか安全な川岸までたどり着いて一安心

今とこれからをつなぐ家づくり



〒949-6603 新潟県南魚沼市川窪1148番地
TEL 025-772-7050
TEL 025-772-7031 FAX 025-772-7231
HP <http://www.topia-h.com>
長岡営業所 TEL 0258-28-7050
くらしの支援センター ユキトス TEL 025-775-7013



皆様からのご意見、ご感想お待ちしております