



コバック通信

制作・発行 札幌流通センター自動車整備協業組合 札幌セイビのリュウ

コバック・インフォメーション

最近の札幌市の累計降雪量は減少傾向で、昨年は平年の80%。今年も70%台で終わりそうです。ところが区によっては平年並みのところもあるようです。ここのところ寒さがぶり返して、なかなか積雪深が0にならないようですが、春は確実に近くまでやってきています。そろそろ夏タイヤの準備を。



札幌流通店



札幌東店



月寒店

車検のコバックの札幌市内の3店舗では、それぞれホームページを設けています。携帯電話で閲覧できる「ケータイ・サイト」は、左記のバーコードからアクセスできます。

お客さま満足度 100%に挑戦する 車検のコバック

■札幌流通店

0120-892-589

003-0030 札幌市白石区流通センター5丁目4-25

■札幌東店

0120-177-589

065-0010 札幌市東区北10条東16丁目1-24

■月寒店

0120-236-589

062-0020 札幌市豊平区月寒中央通3丁目4-16

クルマと上手につきあおう！

タイヤに「ミシユラン」??

1月から、タイヤに「ミシユランガイド」のように、格付けをする「ラベル制度」がスタートしました。

従来は、各タイヤメーカーがそれぞれの基準で自社の商品に「低燃費タイヤ」とネーミングしてきました。日本自動車タイヤ協会は、以前より「低燃費タイヤ」の定義と表示方法を検討していましたが、いよいよ業界自主基準の「ラベルン制度」をスタートさせました。

具体的には、タイヤの「ころがり抵抗性能」と「ウェットグリップ性能」について各商品・サイズに対して等級を付け、タイヤラベルに表示する「ラベルン制度」です。

車の燃費に大きく影響するのが、タイヤの「ころがり抵抗」です。タイヤのころがり抵抗が小さいと、それだけ少ない燃料で、長く走ることができます。ですから「ころがり抵抗」が少ないタイヤが省燃費タイヤになるわけです。タイヤのころがり抵抗の燃費に対する影響は約10%と言われていて、ころがり抵抗が20%少なくなると2%燃費が向上することになります。

ところが、一般的には、ころがり抵抗と、濡れた路面のブレーキ性能には相反する面があるので「ころがり抵抗性能」が良ければそれでOKというわけではありません。「ウェットグリップ性能」も確保

してなければ、安全なタイヤとは言えません。

そこで協会は、「ころがり抵抗性能」で省燃費をはかり、なおかつ濡れた路面でも、ブレーキ性能を確保できるタイヤを「低燃費タイヤ」と呼ぶことにしました。

具体的には、ころがり抵抗係数(少ないほうが、抵抗が少ない)が9.0以下のタイヤをAAA、AA、Aの3ランクに分けました。もちろんAAA(トリプルA)が最高ランクです。次に「ウェットグリップ性能」は路面が濡れた状態でのグリップ力が基準タイヤに対して、何%以上かでa、b、cにランク分けをしました。110%以上を低燃費タイヤとして、155%以上がaになります。これらの基準を両方満たしたタイヤを「低燃費タイヤ」と呼ぶことができます。

環境に配慮した素材や、減りが少ないなどのロングライフ性能をうたうタイヤは、「エコタイヤ」と言っていますが、「低燃費タイヤ」の名前は使えません。これらのタイヤ選びのポイントは、もちろん「低燃費タイヤ」です。

今回は、お得意先様だけを対象とさせていただきます。低燃費タイヤ「得々キャンペーン」を開催いたします。当店頭表示価格から、さらに10%ディスカウントクーポンを同封させていただきました。ぜひご利用ください。

これからのタイヤ選びのポイントは「低燃費タイヤ」

見つけた!! NICE SHOP ケーキハウス アルディ



今回ご紹介するのは東区北34条の新道沿いにある洋菓子店「ケーキハウス アルディ」です。明るく広々とした店内にはショートやデコレーション、ロールなどの各種ケーキのほか、チョコレートやパイなど50~60種類が並んでいます。車で来やすいロケーションということもあり、男性客も数多く訪れるなど、幅広い層に支持されているお店です。

編集部のおすすめは、北海道産のジャガイモ、ニンジン、チーズ、バター、小麦粉などを使ったオリジナル商品の「じゃがじんチーズパイ」(300円)。イトインのコーナーもあり、仲間やカップルとおいしい時間を過ごすのにピッタリのお店です。

住所 札幌市東区北34条東21-1-26
電話 011-786-1552
営業時間 AM10:00~PM 9:00
定休日 第1・第3月曜日
駐車場 あり

健康／ダイエット

アンチエイジングって知っていますか

最近アンチエイジングという言葉をよく聞きます。これは老化や加齢にともなう衰えを防ぐという意味です。美容の世界では、肌のしみやしわ、たるみを解消する若返り法もアンチエイジングと呼んでいます。

アンチエイジングが必要なのは、肌や髪といった見える部分にだけではありません。むしろ血管や内臓、筋肉、骨、神経、ホルモンといった体内の器官や機能の老化のほうが重要です。高血圧や糖尿病、高脂血症、がん、骨粗しょう症など多くの生活習慣病に直結するものだからです。

老化の速度は、人によってかなりの違いがあります。生活習慣病も、かかりやすい人とそうでない人がいます。老化速度を抑える食事法として注目されているのが、カロリー制限です。満腹時の摂取カロリーを100とすると、その70%程度に制限すると老化速度が遅くなり寿命も延びることが、いくつかの動物試験からわかってきました。肥満を解消することで成長ホルモンなどの分泌がよくなり、カロリー制限にともなう食事量の減少が活性酸素の発生量を減らすことなどがあげられています。「腹八分目に医者いらず」といいますが、理想は「腹七分目」ということになります。

また生活習慣の改善も効果があります。その3大要素がストレス、睡眠時間、喫煙です。ストレスが加わると、成長ホルモンや女性ホルモンの働きが悪化し、活性酸素も発生しやすくなります。また、成長ホルモンは夜間の睡眠中に多く分泌されるため、夜更かしをすると分泌量も減少してしまいます。さらに喫煙は女性ホルモンの分泌を抑え、活性酸素の発生を促進することが知られています。

編集局長のオススメアイテム

今回の「編集局長オススメ」は、ウインドーウォッシャー液です。

雪解けシーズン到来!! 窓の泥ヨゴレに悩まされる季節です。お出かけ前にウォッシャー液の残量をチェックすることも大切ですが、ゼットラントに1本常備しておくことをおすすめします。

当店で販売しているのは、寒冷地仕様の耐寒-30℃。2リットルで税込300円です。視界の確保で安全運転を。



編集後記

業界が長年訴えていた自動車関連の暫定税率が、平成22年度から2.5倍→2倍へと引き下げになりました。これからも自動車整備業界は暫定税率の完全廃止に向けて、訴え続けていきます (編集局長 川原)

電話 0120-892-589

E-mail news@ryutsu.or.jp

●コバックのホームページ

http://www.ryutsu.or.jp/



QRコード

国語のチカラ塾

今回は、ちょっと難しい繰り返し漢字の読みかたです。回答は下にあります。

1. 「苛苛」の読み方は?

- * いらいら
- * むかむか
- * がみがみ

2. 「鈍鈍」の読み方は?

- * もたもた
- * のろのろ
- * ぐずぐず

3. 「粘粘」の読み方は?

- * ぬるぬる
- * ねばねば
- * べとべと

4. 「煌煌」の読み方は?

- * きらきら
- * つやつや
- * ぴかぴか

5. 「騒騒」の読み方は?

- * わいわい
- * がやがや
- * ざわざわ

6. 「緊緊」の読み方は?

- * どきどき
- * そわそわ
- * ひしひし

7. 「態態」の読み方は?

- * そもそも
- * わざわざ
- * このこのこ

8. 「寸寸」の読み方は?

- * ちびちび
- * ぽつぽつ
- * ずたずた

9. 「努努」の読み方は?

- * めきめき
- * はきはき
- * ゆめゆめ

10. 「区区」の読み方は?

- * まちまち
- * たまたま
- * ぎざぎざ

1. 1151511. 2. 2. 3. 3. 4. 4. 5. 5. 6. 6. 7. 7. 8. 8. 9. 9. 10. 10. 11. 11. 12. 12. 13. 13. 14. 14. 15. 15. 16. 16. 17. 17. 18. 18. 19. 19. 20. 20. 21. 21. 22. 22. 23. 23. 24. 24. 25. 25. 26. 26. 27. 27. 28. 28. 29. 29. 30. 30. 31. 31. 32. 32. 33. 33. 34. 34. 35. 35. 36. 36. 37. 37. 38. 38. 39. 39. 40. 40. 41. 41. 42. 42. 43. 43. 44. 44. 45. 45. 46. 46. 47. 47. 48. 48. 49. 49. 50. 50. 51. 51. 52. 52. 53. 53. 54. 54. 55. 55. 56. 56. 57. 57. 58. 58. 59. 59. 60. 60. 61. 61. 62. 62. 63. 63. 64. 64. 65. 65. 66. 66. 67. 67. 68. 68. 69. 69. 70. 70. 71. 71. 72. 72. 73. 73. 74. 74. 75. 75. 76. 76. 77. 77. 78. 78. 79. 79. 80. 80. 81. 81. 82. 82. 83. 83. 84. 84. 85. 85. 86. 86. 87. 87. 88. 88. 89. 89. 90. 90. 91. 91. 92. 92. 93. 93. 94. 94. 95. 95. 96. 96. 97. 97. 98. 98. 99. 99. 100. 100.

10月10日の国語チカラ塾