



春の香りの花 茉莉花 ジャスミン



どこに置く?

暖冬と評判の今冬。けれども寒い日は極端に気温が下がり、室内環境(温度・湿度)を快適に保つことが課題だったように思いました。なかでも家の場合、愛犬が日中留守番するのは平均8時間。留守中の愛犬がエアコンの温度設定を変えることはできませんから、留守中の快適環境を想定にエアコン設定温度を決めています。エアコン設定温度を犬が快適とされる21℃に設定しても、愛犬が一番長く生活するスペース(寝床)が21℃になっているかは冬も夏もチェックが必要です。そのチェックに欠かせないのが温度と湿度が見られる計測器。そしてそれを「どこに置く?」「寝床(ベッド)に置いて下さい」愛犬が一番長く過ごす場所は、意外にエアコン設定温度とかけ離れていることが多いです。愛犬の寝床周辺が21℃位と湿度45%~55%が理想です。

2月4日の春を過ぎ、日中は15℃~18℃というホカホカと春らしい日も増えてきました。お洗濯日和はとてもううれしいですね。



すか、この急にホカホカ、ホワ〜ンとした暖かさがちやんと身体の不調につながっているのを感知でしょうか? ホワ〜ンと暖かな日にしやすい症状は、「頭が重い、頭痛、めまい、顔がほてる、目がショボショボする、頭が熱くて眠れない」といった、首から上に不快な症状。私たちの身体は自然界と一体で成り立っている。気候がホワ〜ンと暖かくなると頭部の方に「気」が滞り、下半身に廻りいかなくなる。イメージとしては、エアコンを使用している時、暖房で温めた空気は部屋の上部にたまり、それを下部へめぐらせるには送風機を使って循環させますよね。身体の中も同じことが

起きている。頭部の方にホワ〜ンとしたものが滞り(血流が上部に滞り)頭痛やめまい、いい季節なのにイライラする。その関係としまして、その「春の香りの花」と象徴される「ジャスミン」季節の症状の特効薬。ジャスミンの香りはリラックス効果絶大で、飲んで得られる効果は「気を通せ、憂鬱解消、胸のつかえ改善、ホッとする、美肌、口臭予防など」。春先は新生活でストレスが多くなり、面接や入社式でドキドキ... そんなときにもジャスミンティーが強い力になる。最近フリーズドライのジャスミンティーを購入してみました。お試しあれ。



とあえずレシーブ!

ちょっと面白い話が進行中...



これは地面の写真です(笑)
ここを見つめていろいろと考えを巡らせています。

実は学校の敷地内に「ビーチバレーコートを作ろう!」というご相談をいただいております。

今までそのような経験がないため、現在諸々研究中です。
砂の厚さは40cm、費用を抑えるためには? その下の排水はどうしよう? 海砂がいいらしいけど手に入る? などなど、ワクワクしております。

前例がないサーブが飛んで来ましたので、とりあえずレシーブ。
まわりの協力でトスを上げてもらい、バシッとアタックを決める! ...と、うまく行くのか〜?(笑)

発行元 meguが編集
新建設(株)
新堀新堀1-10-4
Tel. 03-3350-6689
Fax. 03-3350-8106

