

meguマガ

2018.9月号... Vol.124



ワンちゃんの「舌」は、味覚・体温調整・飲食の時のスプーンという機能、そして健康状態を目視できるバロメーターとしても大切な役割があります。愛犬の舌は毎日寄り添っている飼い主さんは、愛犬の変化にいち早く気がくんとができる「最高の看護師さん」です。舌のチェックは簡単にできる健康チェックなので、日頃からチェックしてあげてください。

舌健康 check



Check項目 checkの基準は安静時の舌の色です。理想的な色は濃いピンク、少し赤みがかった色です。いつもはそうなのに今日の舌の色は違う? 「黄色、白⇒黄疸・肝臓要注意」「白、白⇒貧血・見えない内臓の出血かも?」「紫、青白⇒チアノーゼ⇒命にかかるとも!!」
(酸欠) スグ獣医さんへGo!!

低気圧=頭痛 お手軽ケア

大型台風が次々に発生する今年、頭痛や今更にないむくみ、いつもより関節痛を感じていませんか?!

高気圧、低気圧とありますが、台風=低気圧です。低気圧の影響を解りやすく表現すると、「登山で高い所に行くと、持参していたポテトチップスの袋が「パンパンに膨らむ」状態。外側からの圧が低くなるので、内側から膨ら張る仕組みです。この状態が、私たちの体内で起ります。体内の膨ら張は、血管や神経、リンパなどを圧迫し、正しい循環すべき流れを邪魔し、炎症やむくみ

と似た症状に。中でも、炎症のひとつの表れといえる頭皮の圧迫による頭痛を訴える方がとても増えていそうです。そこで、ヘッドマッサージ認定セラピストでもある編集長もから、とお手軽ケアの紹介。用意するのは、先の丸いブラシ。100円ショップのOKです。このブラシで、髪をとかすのと同じ動作で、頭皮をしっかりと撫でるんです。頭皮のすぐ下には無数のツボ・血管があり、圧迫されて滞っていた循環がスーッと流れ、スッキリするのを感じられると思います。このブラシケアは、首、後ろのこわばりにもGood。力を入れずに首の後ろを上から下へブラシを撫でるだけ。お試しください。

今月の工事

リペアできない「気の緩み」

入居者が木製建具にカレンダーやポスターを貼り、剥がした後がこの通り。3枚並んだ建具なので、すべて取り替えれば大出費。



そこで登場するのが「リペア」の職人さん。色合わせした塗料を調整しながら何度も塗り重ね、最後は木目まで細かに描き込みます。



朝から夕方まで、入念に仕上げて頂きました。



職人さんに昨今の業務状況をお尋ねすると、「雑な工事で引き渡し前の商品に傷をつけて…」という案件が増えているとのこと。確かに工事中にはいろいろな事態が生じ、その技術に頼らざるを得ない場合もあります。

でも初めから「傷つけたら頼めばいいや」は本末転倒。そんな気の緩みはなかなか元に戻りません。

職人さんの言葉から、あらためて 気を引き締めました!

発行元 meguマガ編集部
売建設(株)
〒118-0001 東京都荒川区新橋1-18-4
Tel. 03-3350-6689
Fax. 03-3350-8186