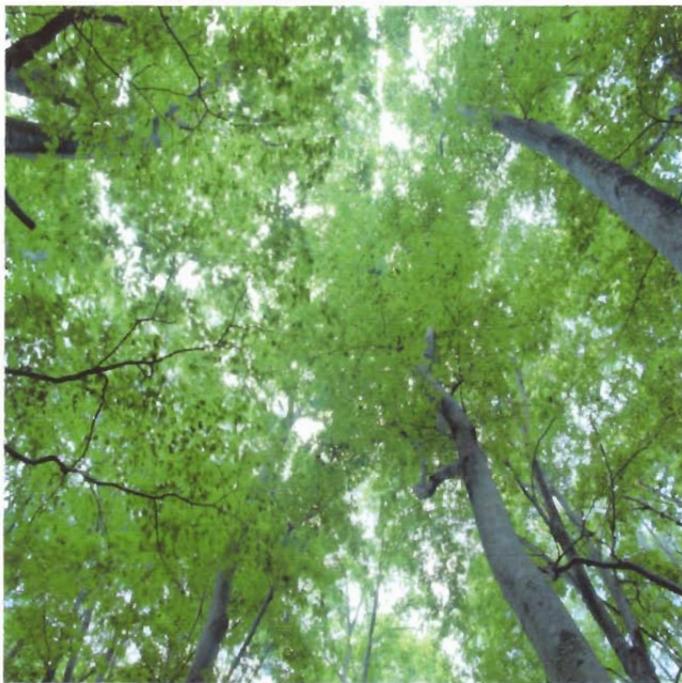


まるごと Raijyo

2006
なつ号



木は大きく枝をひろげ
深い木陰をつくります
強い太陽が照る日
人たちは涼しい木の下に集まる
ひとりごぼんやりしたり
反だちししゃべったり
そこにゆっくりと
ときが過ぎていきます

イベント情報

7月22.23日
完成見学会



- 参加者募集中! 詳しくは、お問い合わせ下さい -



8月27日
親子ふれ合い教室
手作りクラフト
トンカチ教室など

10月27日
近くの森林に行こう
森林の手入れ
キコノ原木づくり



木の心地よさを知る

木はどうして心地よいのでしょう

木の色や香り手触り・どれをとっても私達の五感に心地よさ・あたたかさ・やあらぎをあたえてくれるからだと思います。

木と香り

木にも独特の香りがあるのは、ご存知ですか？
スギ・ヒノキ・ヒバなどの木肌からほんとにもいえぬ良い香りが立ちのぼります。

スギやヒバの香りは、脳の活動を沈静化して血圧を下げ、リラックスした気分させてくれます。

ヒノキの香りは、脳を活性化し、ワクワクした気分になるそうです。

でも…香りには、好き嫌いがありますよね!!
スギの匂いは苦手という人もいます。
嫌な香りを嗅ぐとストレス反応を起すのが常で、血圧が上昇して脈拍は早くなり、発汗が増えるなどの状態があらわれるのです。

ところがスギの香りは苦手でも体には、ストレス反応は少ないので〜。つまり、ストレスは感じてないのです。



虫みけももある

畳にカーペット敷きの床を木の床にするだけで、木の数は1/4以下へ
これは、木の香りと大きく関係があること〜。

又…ヒノキやヒバのチップをネットに入れて吊るしに、精油を薄めてスプレーしてみても、いかがでしょう!!



— 五感を目覚めさせるメソッド — “自分自身”の「五感力」について再確認しよう

味覚

舌で味をしっかりと感じ分ける機能は十分に働いていますか？

check

コップ1杯の水(100cc)にティースプーン2杯分の味噌汁を入れて混ぜ、別のコップにも同様に水を入れてティースプーン3杯分のジュースを入れて舌先で2つの液体の味を感じ分けてください

触覚

指先で物の質感を感じる機能は低下していませんか？

check

塩、砂糖、小麦粉、片栗粉、ぎんこなど、素材の違う粉を目隠しをしてさわってみましょう。それぞれの微妙な質感の違いを感じ分けて下さい

聴覚

目でしっかりと聞き取る機能は弱くなってはいませんか？

check

日常的に使っているテレビの音量、携帯電話の音量の設定数値を確認して下さい

木の手触り

身のまわりに、何か木でできた道具はありますか？



何も塗られていない無垢の木肌に直接触れてみてください。

それは、熱くもなく、冷たくもなくさらりとした感触ではないですか？

木材には、適度な凹凸があり、熱が伝わりにくく湿気を吸い取る性質があります。

そして、私達の手には、体温があり、常に水分を発散していますから、木材は、手の特徴に合う要素を備えているのです。

体育館や舞台の床に木材が使われているのは？

木には、弾力性があり、飛び降りた時に足がうける衝撃を知らせてくれる性質があります。たわむことで、ショックをリブクして、木材内部の穴ぼこだらけの細胞構造で衝撃を吸収してくれるのです。



木の板

おすすめの本

「子供たちに伝える家の本です」



「家ってなんだろう」
定価 ¥1600税別

こちらより暮らしのアイデアや実践方法なども頂戴さん!!



「もっとこちいい節約ライフ」
定価 ¥1260税別

嗅覚

鼻で匂いを感じ分ける機能は低下していませんか？

check

日常的に使っている石鹸、シャンプー、リンスの匂いに変化はないか確認して下さい
お茶、コーヒー、酒、タバコの嗜好品の匂いはいつもと同じですか？

視覚

見分ける力が変化してきてはいないでしょうか？

check

走る車のナンバープレートは何桁目で見てとれますか？
看板の文字の大きさはいつもと同じように読める。
風景の広がりはいつもと比べて視野が狭まっていませんか？

料理をすると、
匂い、色彩、触る、音を聞く、
なめるなど五感のすべてで
脳細胞を刺激!!
親子や友達らといっしょに
「五感力」を
育てていきましょう



環境に優しく暮らす

重曹活用術

安心・安全シンプルな家事にぴったり!!

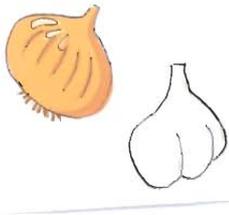


1. 調理中のキヤ器のにおい消し

キにタマネギやニンニクのにおいがついたら、めらしたキに重曹を振ってこすり流します。
密閉容器や弁当箱のにおいは、重曹大さじ2程度とお湯を入れて降りひと晩おいておきます。

2. 夏のレジャーグッズのお手入れ

ビニール製や樹脂製の浮き輪や子供用プールは重曹をかけた後、カビの発生を防ぎます。



3. 油汚れや汗臭い洗濯ものに

衣服に食べ物のシミや油汚れが付いたら洗濯前に重曹水を加えたペーストをつけてもみこんで洗濯機に汗臭いシャツやニオイのひどい靴下などは重曹水に付け置きし、液と洗濯機に入れて洗います。



重曹の性質 〇〇〇

研磨作用で汚れ落としにぴったり
油・油脂の汚れ中和
普通の水を超軟水に
いやなニオイを吸収
食べ物をやわらかくする。

あじがき

梅雨あけまであと〇日??
何となく体調管理がむずかしいですね。



先日社内旅行で沖縄に出かけてきました
お天気にも恵まれ観光に海水浴と
パワー全開で楽しんできましたヨ。

らいじょう
(株) 頼成工務店

富山市婦中町新屋507

(076) 465-1001

<http://www.micnet>

[ne.jp/raijyo/](http://www.micnet.ne.jp/raijyo/)

raijyo@micnet.ne.jp

次回は
秋号です
お楽しみに!!