

暮らしの瓦版

2024年
8月号

(通算第310号)

～ 8月 《^{はづき}葉月

- | | |
|-------------|---------------|
| 1日 肺の日 | 11日 山の日 |
| 6日 広島平和記念日 | 12日 ペルセウス座流星群 |
| 7日 立秋 | 15日 終戦記念日 |
| 9日 ながさき平和の日 | 22日 処暑 |



スイカ

夏の代表的な果物といえば、スイカでしょう。赤い果肉と爽やかな甘さが特徴のスイカですが、その栄養価から、美容と健康に役立つ果物として注目されています。

スイカには水分だけでなく、ビタミンやミネラルが多く含まれています。特に、体内でビタミンAに変わるβカロテンが豊富に含まれています。ビタミンAは、肌をキレイに保ってくれるほか、免疫機能の維持にも役立ちます。さらに、コラーゲンの生成に不可欠で抗酸化作用のあるビタミンC、エネルギー代謝を助けるビタミンB群なども含まれています。

スイカは甘くて美味しいだけでなく、美容にも健康にも良いのです。

超長綿(ちようちようめん)

超長綿とは、その名の通り、非常に長い繊維を持つ綿です。シルクのようになめらかな上質な光沢を持ち、その美しさから「繊維の王様」とも称されています。

強度の高さも超長綿の魅力です。繊維が長いいため、紡いだときにつなぎ目が少なくなり、切れにくくなっています。吸水性や吸湿性、放湿性にも優れているので、機能性も高い繊維となっています。

超長綿は、地球上の綿花のうち、約5パーセントしか生産できないといわれる、希少価値の高いものです。超長綿から作られた製品は、高級ホテルやレストランなどでよく使用されています。

超長綿素材の布団を使えば、夏の寝苦しい夜も、少しは快適に過ごせるかもしれません。

葉月(はづき)

8月というと、夏真っ盛りのイメージですが、暦の上では秋が訪れる時期です。8月7日には立秋となり、この日から秋が始まるとされてきました。

8月は日本の暦で「葉月」と呼ばれます。「葉月」の語源にはいくつかの説がありますが、どれも秋に関係しています。その中で、最も有名なものは、木の葉の紅葉が進み、葉が落ちる月、「葉落ち月(はおちづき)」が略されたものとする説で、まさに秋を示すような内容です。

ここ数年は9月〜10月になっても残暑が厳しく、秋とは言えない暑さが続いています。熱中症対策をして暑さを乗り切りましょう。

ペルセウス座流星群

8月12日23時ごろ、ペルセウス座流星群が一番の見ごろになります。

ペルセウス座流星群は、代表的な流星群の中でも、最大の流星数を誇ります。毎年8月中旬に出現するので、安定して観測できる流星群としても有名です。

「ペルセウス」とは、ギリシャ神話に登場する人物で、蛇の髪を持つ怪物メデューサの首を斬り落とした英雄です。その神話の一場面を切り取った、メデューサの首を掲げる姿は、古くから絵画や彫像の題材として用いられてきました。

ペルセウス座自体は冬が見ごろですが、英雄の頭上から降り注ぐ星々は、夏ならではの光景となります。

肺の日

現代社会では、肺の健康を脅かす要素が数多く存在します。大気汚染、喫煙、アレルギー物質など、多くのものが肺に悪影響を及ぼし、肺炎や喘息、肺がんなどの病気を引き起こす可能性があります。

このような社会背景を受けて、1999年に日本呼吸器学会によって「肺の日」が制定されました。日付は毎年8月1日で、語呂合わせで「肺(8・1)の日」となっています。

肺の日には各地の病院などで肺の健康に関する啓蒙活動や、講習会などが開かれています。

肺は私たちの生命維持に欠かせない器官です。今年の8月1日は、肺の健康について考えてみましょう。

ブログ記事紹介

○アウターシェード設置

先日、日差しが気になると相談があり、日除けでアウターシェードを取り付けさせていただきました。アウターシェードは日射熱を約88%カットするため、屋内の温度上昇を抑えることができます。お客様からは見た目も良く、目隠しとしても機能するので大変ご好評いただいております。

営業部 青木宏義

ブログ記事は毎日更新！！



(7月2日掲載記事)



弊社の8月の定休日は次の通りです。

11日(日) ~ 16日(金)

25日(日)

ご不便、ご迷惑をおかけするかもしれませんが、宜しくお願い致します。

インスタ随時更新中



DAIGO_KENSETSU
是非ご覧ください！



漢字読めますか？

次の漢字を読んでみてください。

- ① 西瓜
- ② 団扇
- ③ 簾
- ④ 空蝉
- ⑤ 蛸
- ⑥ 梔子
- ⑦ 玉蜀黍
- ⑧ 水黽

目の紫外線対策

肌の紫外線対策などは多くの人が実践していると思いますが、目の紫外線対策はご存じでしょうか。

紫外線が目には悪影響を与えることは、よく耳にします。しかし、目から紫外線を吸収することが、身体の疲労の原因になるということは、あまり知られていません。目から紫外線を吸収すると、脳から疲労の原因物質が分泌されるといことが、近年の研究で明らかになっていきます。

目の紫外線対策としては、UVカットレンズを使用した眼鏡などをかけることが有効です。

紫外線対策でサングラスを使用する場合は、必ずUVカットレンズのものを選びましょう。暗いだけのサングラスだと、かえって目に悪影響を及ぼしてしまうようです。



何でも大工の 『親子木工教室』



日時：令和6年8月3日(土) 先着30組！！

午前8時30分～11時30分 (受付締切：9時00分)

場所：株式会社大五建設 (富岡市上小林216-2)

◎木工教室(小学生以下)

①本立て ②ミニ縁台 ③ミニ机 ④イス

・4種類のキットからお子様1人につき1つ選んでお申し込み下さい。

※ご用意していただくもの(道具はお貸しできません)

かなづち・さしがね(定規)・のこぎり・ヤスリ・鉛筆・消しゴム等

◎まな板削り

◎包丁研ぎ

申込受付期間：7月22日(月)～24日(水)(参加費無料)

申込受付時間：9時～17時

フリーダイヤル0120-388-406 まで

(電話がつながりにくい時は0274-67-2721までおかけください)

※**先着30組限定**ですので、お早めにお申し込み下さい。

漢字
読めますか？
解答

①すいか(西瓜)

緑と黒の皮が特徴的な果実。

②うちわ(団扇)

丸型の扇。

③すだれ(簾)

竹などを編んだ

日よけ。

④うつせみ(空蟬)

セミの抜け殻。

忍術で有名。

⑤ひぐらし(蜩)

セミの一種。カ

ナカナと鳴く。

⑥くちなし(梔子)

香りの良い花を

咲かせる植物。

⑦とうもろこし

(玉蜀黍)

世界三大穀物の

一つ。イネ科。

⑧あめんぼ(水龜)

水面を滑るよう

に移動する虫。

〈発行〉 次回発行予定 8/24(土)

住まいの事なら
何でもご相談ください！



株式会社大五建設

住所 富岡市上小林216-2

0120-388-406

業務拡大のため

求人募集!!

営業職(正社員)
施工管理(正社員)

詳しくは下記までご連絡
ください。ご連絡お待ち
しております。

0274-67-2721
(担当：前原)

