



ほろいわだより



ぴーちゃんです

6月号 N014

大槌町仮設住宅団地 Official Site
地域支援員配置事業

を検索するとほろいわ団地の近況、イベント情報を見ることができます。



梅雨の季節

これからやってくる梅雨の季節、いやな気分ですね！ほとんど毎雨でジトジト蒸し蒸して不快な季節を迎えます。

今回は「部屋干しのニオイを防ぐ方法について」

☆ 部屋干しによる衣類の嫌な臭いは、乾燥に時間がかかることで洗濯で落としきれなかった汗などのタンパク質や皮脂といった汚れが酸化したり、雑菌が繁殖することによって起こります。まずは、洗濯の段階でしっかりと汚れを落としましょう。

☆ 除菌力を高める

通常の洗剤に酵素系漂白剤を加えたり、すすぎの段階で少量の酢を混ぜたりすると、除菌の効果が高まります。ニオイの原因となるタンパク質を落とす力を高めた部屋干し用洗剤を使用するのもおすすめです。

☆ 風呂の残り湯は使用しない

節水にはつながりますが、残り湯には雑菌も多いです。洗濯に使うと衣類にも雑菌が移りやすくなります。ニオイが気になる部屋干しの時は残り湯を使わないのがベター

☆ 洗濯機の容量、洗剤の量は指示通りに守る

洗濯機の定められた容量以上のものを入れて洗っている場合汚れの落ちる力が弱まります。また、洗剤は入れれば入れるほど汚れが落ちるわけではないので注意して下さい。むしろ溶け残った洗剤が衣類に付着し、雑菌やカビとなってニオイのもととなったり、さらにはアレルギーの原因となることもあります。



熊情報



1. 出没情報に注意
2. クマに自分の存在を知らせる
3. クマの痕跡に気をつける
4. ゴミ等は放置せず、必ず持ち帰る！

クマに遭ってしまったら！

1. そっと立ち去る
2. 騒がない
3. そっとさがる
4. 自分の姿を大きく見せる
5. 子グマに出遭ったら

※絶対に近づかない。近くに必ず母グマがおり、子グマを守ろうとして攻撃してくる可能性があります。

☆へび情報☆

最近暖かくなってきて仮設団地内にもへびが出でるようになりました。みなさんも出歩く時は十分気を付けて下さい。

※ウォーキング時にはへび対策として棒などで先払いするように叩きながら歩くと無毒のへびはたいいて驚いて逃げるようです。ただ、毒蛇は逃げるより、驚いて身構える行動をとる事も多いため注意が必要です。へびの存在に気づいたら1m以内には近寄らないようにしましょう。



里館さんの畑

おらの haTAke 紹介



6月のイベント予定

5月のイベント写真



ひざかけ作り



駒幸夫ライブ



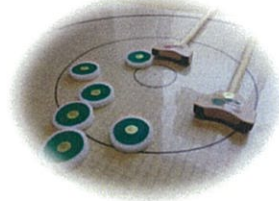
キーボード演奏



楽しく体操



お茶っこ



ペタボード

支援員より

ラジオ体操は平日の朝9時30分頃に談話室前で行っております。



- 5日(水)健康相談 岩手県予防医学協会
開催 13:00~14:30
- 6日(木)社協のお茶っこ
場所 和野っ子ハウス 13:30~15:00
- 16日(日)炊き出し (株)タカヤ様
開催 10:00~14:00
- 26日(水)編み物(巾着)&小物(ピエロ)づくり
開催 10:00~14:00



☆紫外線の対策法

紫外線からボディの肌を守るためには、外出の際に日傘や帽子、日焼け止(サンスクリーン等)を活用するのが最適です。6月は曇りや雨の日が多いですが、晴れると太陽の位置が一番高い(夏至)だけに紫外線は強烈になるので注意しましょう。

そこで、紫外線対策として帽子を選ぶのであれば顔、首、頭全体を覆ってくれる「ツバの広い帽子」が理想的です。

具体的にいえば野球帽子のような顔全面を覆ってくれるだけでなく横、後頭部なども覆ってくれる「変わら帽子」のような帽子が理想的です。