

100mm

C'

100mm

B'



## 今年こそ、いつでもピカピカ★ 簡単お掃除テクニック

お風呂場の  
カビ予防編

梅雨の時期になると、特に気になるのがお風呂場のカビ。  
こまめに掃除をしているつもりでも、気がついたらカビが…！ なんて事もありますよね。  
そこで今回は、簡単にカビを予防できる、おすすめの方法をご紹介します。

そんなカビ取りですが、**線香を週に1度  
ただけで予防**できるとSNSで話題  
になっているのをごぞんじでしょうか？

実は、浴室内全体のカビ予防にはお線香  
の煙が効果的なのです。入浴後、浴室の床  
に線香立てを置き、お線香を焚きだけ！  
線香の煙には除菌効果があり、浴室内の  
カビの発生を防いでくれます。  
尚、線香を焚く時は火の取り扱いには十分  
注意にしてください。

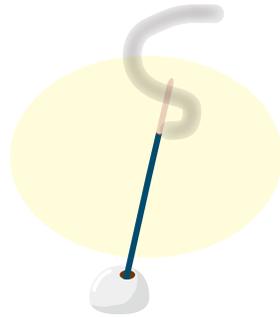
### 何で線香でカビを予防できるの？



浴室内でみかけるピ  
ンク色のヌメリは、「ロ  
ドトルラ」という酵母  
の繁殖です。その繁殖  
力はカビの10倍といわ  
れています。これを元  
にカビが発生します。

この「ロドトルラ」は酸性の皮脂を好む  
ため、アルカリ性である線香の煙で中和す  
ることで、発生しにくくなります。  
つまり「ロドトルラ」を発生させなければ、  
カビも発生しないのです。

今までお風呂の天井は乾燥しやすいので、  
カビが生息しにくいと考えられていました。  
ところが、最近になって**天井にもカビが  
生えており、さらに胞子を発生させている  
ことが分かった**そうです。



頻繁にカビキラーでカビを除いても、ま  
たカビが発生してしまう…という方は天井  
や換気扇を一度疑ってみてもいいかもしれ  
ません。

そんな天井や換気扇のカビ予防に効果が  
あるのが、線香の煙。線香の煙には除菌効  
果があり、天井や換気扇などもくまなく除  
菌できます。

100均のお線香でも十分効果を発揮する  
そうなので、試してみる価値アリですね！

それでもやはり…  
お風呂が古い、汚い、調子が悪い、  
などなど、  
そんな時は、どうぞ遠慮なく  
お問い合わせ下さいね。

オヒサマ サン サン  
012-013-3030  
FreeDial

97mm (内側に折り込む面) A'



子どもの汗と  
笑顔は

日本の宝

# 道

私、登田が通う剣道の師匠に、日ごろ子供達へ  
お話している徒然を書いて頂いています。

雨が続く季節となりました。通勤や洗濯物など些細  
なことです、一つ余分に気を遣わなくてはならず、や  
や気分も重くなりがちですが、天の恵と感謝し「お陰  
様で」と思えると、心は「晴れマーク」になりますね。  
今、道場の子ども達は県大会に向けて稽古に励んで  
います。特に高学年は全国大会の予選も兼ねたこの大  
会に向け大いに気合が入っております。  
当館の稽古は基本的に、各道場週二回ですが、3、4  
年生ごろになると子ども達の方から余分に稽古する  
ようになります。動機は、強くなりたい、剣道が楽し  
い、友達がいるなど様々ですが、こうして主体的に取り  
組む子は目標が定まった時に、稽古に対する姿勢に変  
化が現れてきます。話を理解しようとする、強い子と稽  
古をしようとする、技術的課題にとりくもうとする、学  
ぶ姿勢が自然にできてくるのです。そうすると日々の稽  
古や試合の受け止め方が豊かになっていきます。  
武道は、いずれも痛みを伴う稽古が基本です。試合  
で勝つ事を目指し、努力しよう、頑張ろうと思いがら

も、暑い、寒い、痛い、遊びたい、学校や家庭での出来事  
など、子どもなりの様々な葛藤があるわけです。そうし  
た中で修練を積み重ねることは稽古の質を高めるだけ  
でなく、心も体も豊かに育て、感性を磨き、良き仲間  
を引き寄せ、そして、生まれながら授かった自分の力に  
気が付いて行くのだと思います。旅に出ることだけが自  
分探しではありません。  
自分にはこれがある、と気がつくことは、人間形成の  
原点であると思います。剣道の修練は、「剣道を学ぶ」  
ではなく、「剣道で学ぶ」です。目標に向けて、努力  
し、友と切磋琢磨する子ども達の心はいつも晴れマー  
ク。それを通じて自分を見つけられれば、人生も晴れ  
マークではないでしょうか。  
子ども達が剣道を通じて強く豊かになることを願い  
ます。



雙柳館 浅川道場  
館長 浅川裕茲

見学をご希望の方はご連絡ください。

副館長 浅川 正堂



雙柳館 浅川道場  
岐阜市前一色 2-2-10  
お問い合わせは  
058-247-3676

稽古の様子や  
開催場所につ  
いてはコチラ  
▶▶▶▶▶



## + カラダすっきり! イキイキ! 健康サプリ

疲労回復に非常に効果のある  
優秀な野菜です。【オクラ】

オクラの旬は6～9月。独特のネバ  
ネバ成分には胃腸の調子を整える役割  
があり、疲労回復にも効果的です。

### ■ 選び方と保存方法

オクラは大きく育つと苦味やエグみが  
出てくるので、**小さめのものを選びましょ  
う。緑が鮮やかで濃く、産毛がしっかり  
と残っているのは新鮮な証拠**です。

保存するときは冷蔵庫には入れず、

日の当たらない涼しい場所で新聞紙にく  
るんで保存してください。

温暖な気候に適した野菜なので、冷  
蔵庫に入れると保存がきかなくなりま  
す。黒くなるのは細胞が枯れてきてい  
るため、少々なら平気ですが、あま  
り黒ずみが広がらないうちに食べきっ  
てください。

原産地はアフリカ東北部で、日本に  
伝わったのは幕末から明治初期といわ

れています。「オクラ」という名称は、  
いかにも日本語のようですが、実は英語  
(Okra) なんです。

