

100mm

C'

100mm

B'

今月の
花図鑑

改めて知りたい！ 切り花が長持ちするキホンの「キ」

飾った切り花が咲ききる前に枯れてしまうと、とても残念な気持ちになりますよね。

花を日持ちさせる方法は数々ありますが、基本となる「水揚げ」「水切り」についてきちんと理解していないと、

切り花を長持ちさせることは出来ません。改めて「水揚げ」「水切り」をきちんと知って、切り花の美しさを長く楽しみましょう。

“水分”を植物から失わせないこと

植物が弱ってしまう大半の原因は、水不足。水不足は、葉や花から水分が蒸発し、水分の供給が追いついていないことから生じています。

切り花の“水不足”解消するには？

大事なのは、水を吸い上げる入口である『切り口』を綺麗に整えてあげること。水中に浸かっている茎は、時間の経過と共に傷んで腐敗します。毎日水切りして、切り口を綺麗に整えましょう。切り口を整えれば、水を十分に吸い上げることができます。その時に大事なコツとは…



【その①】水中で切る

これは切り口から『空気の侵入を防ぐ』

ため。切り口から空気が入ると茎の途中で気泡となり、水の移動が止まってしまうことがあるからです。また『切り口の乾燥を防ぐ』こともできます。乾けば入り口の状態が悪くなり「水揚げ」する力が減じてしまいます。もし水中で切ることが不可能な時は、切ったらすぐに水につけましょう。

【その②】スパッと切る

植物の茎には、水を吸い上げるための管が伸びています。茎を切る時、この管を潰さないことが大切です。「水切り」する時は、切れ味の良いハサミで、スッパリと切りましょう。

【その③】斜めに切る

斜めに切れば、切り口の断面積が広がり、それだけ水の吸い込みがよくなり

ます。直角に切るよりも、斜めに切った方が管を潰さず綺麗に切れます。

これらのことに気をつけて是非お花のある生活を楽しんで下さいね♪



それでも、お花を飾ってみたら…
玄関や洗面所の古さや、
汚れが目についてしまった、
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
FreeDial 012-013-3030

97mm（内側に折り込む面） A'



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が、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あります。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。そうなる日々稽古ぶ姿勢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、頑張ろうと思いがながら



雙柳館 浅川道場
館長 浅川裕茲

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。

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 【スナックエンドウ】

さやえんどうのシャキシャキ感とグリーンピースの豆の甘みをいっしょに味わえるのがスナックエンドウ。アメリカでつくられた新しい品種で、豆が熟してもさやが固くならずやわらかいので、さやごとそのまま食べることができるのが特徴です。

出回るようになったのは、1970年代以降と比較的新しい野菜ですが、その手軽さとおいしさから、サラダや炒め物

などに人気です。別名スナックピース、スナックエンドウとも呼ばれています。

β-カロテン、ビタミンC、カリウム、カルシウムなど、栄養のバランスもよい野菜。さやごと食べることで、食物繊維もしっかりとることができます。ビタミンCは、熱に弱いので、加熱はなるべく短く。ゆですぎず、さやのシャキシャキ感を楽しめるようにしましょう。

さやがふっくらとハリがあるものを選



びましょう。さやのハリは実が詰まっている証拠。実がしっかり詰まっているほうが、豆の甘みが楽しめます。ガクは、いきいきとしていて、鮮やかな緑色のものが新鮮です。