

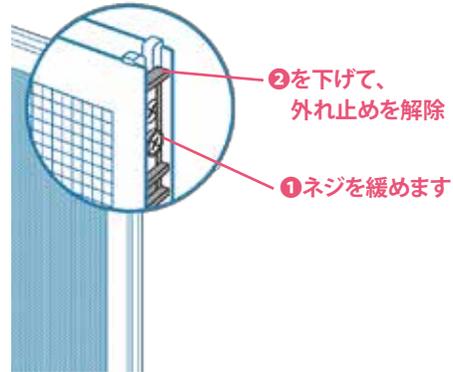


今年こそ、いつでもピカピカ★
簡単お掃除テクニク

【網戸編】
もう少し暖かくなると網戸の出番が増えてきます。
今のうちにお手入れしておきましょう。

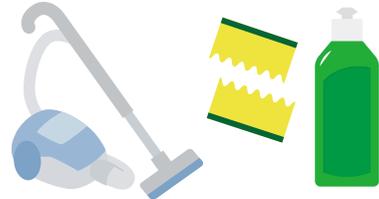
まずは、外してお掃除!

お掃除するためには、網戸を窓から外さないといけません。まず、網戸には外れ止めがついていますので、①のネジを緩め、②の部品を下げて外れ止めを解除しましょう。これで持ち上げてあげれば、網戸が外れます。



外れ止めがかかったままでも、ちょっと強引にすると大概の網戸は外れますが、はめるときに苦勞するので、解除したほうが良いですよ。

掃除の仕方は、まず、掃除機で網のホコリを吸い取ります。次に薄めた中性洗剤を含ませたスポンジを2個用意し、網を挟んで往復させ、汚れをお落とします。最後に水道水で洗剤を流しましょう。



寝かして掃除する場合は、網が下側に来るようにします。網が宙に浮いた状態で押さえると、緩んでしまったり、切れてしまったりすることがあるので注意が必要です。

網戸の掃除が終わったら、ハメなおす前にレールもお掃除です。必要なのは古くなった歯ブラシと掃除機。溝にたまったほこりを歯ブラシでかき出して、掃除機で吸い取ります。掃除はこれでOK!!!

きれいになった網戸を窓にハメます。最後に外れ止めを元通りに直します。強風で網戸が外れたりすることがあるので、外れ止めは必ずセットし直してくださいね。

もし、網戸が破れている!
網戸そのものがグラグラしてる!!
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

カラダすっきり! イキイキ! 健康サプリ



【ほたるいか】

ホタルイカの旬の時期は3～5月の間です。ホタルイカ漁もこの期間に行われています。また、普段ホタルイカを生で食べていると思っていっしょの方が多くいかもしれませんが、実は生ではなく、一旦冷凍して解凍したものを食べていることが多いのです。

この、ホタルイカの新鮮さを見分けるポイントは?

1. 目の大きさを確認します

ホタルイカの目が大きく黒々していたら新鮮な証拠です。

2. 生の場合は、体が透き通っているものが新鮮です。

鮮度が落ちてくると、身が白っぽくなってきます。

3. 茹でている場合は、身が丸々としていてぷっくりしているものが新鮮です。

身がプリプリしていて桜色のものが新鮮です。赤茶色のものは鮮度が落ちています。



雙柳館 浅川道場
館長 浅川裕茲

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。

江戸時代の国学者である本居宣長は日本の心を「朝日におう山さくら花」と詠っています。平成の子ども達にもすんなり入って来る穏やかな「やまと心」です。私達も桜をみかけるとふと足を止めてしまいますね。

昨年度は久々に一年生の子が多く入館し、道場がより明るくなりました。単に可愛さだけで明るくなったわけではありません。試合稽古中にも素直に「がんばれ」と声援を送ったり、拍手も勢いよく「パチパチ」とやってくれるので、上級生も刺激を受けて、声をだして応援するようになりまし。また低学年の子の面倒をよく見るようになり、自分の姿勢や取り組みを振り返る子も多くなったと感じます。

上級生の一生懸命な姿や楽しむ姿は自然と下級生の意識に残ります。上級生が「強くなりたい!」と出稽古や居残り稽古をしたり、打ち方や防具、竹刀へのこだわりを語れば自然と興味を持つようになります。「強くなりたい!」に加えて「あの先輩がいるなら、僕も残って稽古しよう!」があること。このプラスが子どもの成長に非常にいい影響を与えます。

子どもの社会性は大人があれこれと教えるよりも、子どもの群れの中で育まれていき、仲間同士で育ち合っていきます。ただ、今の日本では他学年で群れて遊ぶ経験はほとんどできません。またそうした時間を十分に取ってあげるのも難しいです。少子化や生活の機械化、社会の変化など多くの要因によるもので簡単には解決できません。ですから、凝縮した内容と空間を大人が作ってあげなくてはいけないと思っています。仲間が集まり、共に汗を流すことは「生きる力」を育てます。子ども達が剣道を通じて、強く豊かに育つことを願います。

春の入館生を募集しております。子ども達の明るく元気な姿をご覧いただければ幸いです。お待ちしております。



雙柳館 浅川道場 岐阜市前色 2-2-10
お問い合わせは 058-247-3676
見学をご希望の方はご連絡ください。



副館長 浅川正堂
稽古の様子や開催場所についてはコチラ
▶▶▶▶▶



道

