



コスモ情報

第73号

こんにちは!!

今年の八月は例年に比べ涼しく

つむぎの気候と暑さはなりました。

九月からこのまま過ごしやすい

気温であっという間に嬉しいのですが

なかなか思った通りにならないのも

世の常ですね。

寒暖の波が予想されるこの秋。

しっかりと気温の対策をして

体調を崩さないようにしましょう。

この時期頭の上を飛び回る虫の正体を知っていますか？

虫の正式名称は「ユスリカ」。漢字で書くと「揺蚊」。幼虫が体を揺るように動かすことからその名が付いたと言われています。

ユスリカは、一番近くて高いものを目印にして蚊柱を作るといふ習性があるとされています。

子供の頃、虫のなすり付け合いごっこみたいな遊び方をした記憶がありませんか？今思うと、懐かしい思い出です。

蚊柱は、1匹の雌と多数の雄で構成されているそうです。蚊柱が形成される理由は交尾のためで、成虫は交尾を済ませ産卵を終えるとすぐに死んでしまうそうです。

ただし、雄のみで構成されている蚊柱に雌が飛び込み交尾を行うといったケースや雌のみで構成されているケースもある等、その生態についてはいまだ不明瞭な点も残されているそうです。

(文：望月)

秋の夜長に

アロマはいかが？

スポーツの秋、食欲の秋、芸術の秋と楽しみがいっぱいのこの時期は、「読書の秋」でもあるように、秋の夜長にリラックスタイムを作るのも良いかもしれません。

リラックスタイムに、私はアロマの香りを楽しんでいます。

ラベンダーはリラックス効果の他、冷え性対策や風邪の予防にも使われているそうです。

精油の楽しみ方はいろいろありますが、お湯を入れたカップに数滴垂らすだけでも、手軽に香りを楽しめます。

ラベンダーのほかにも多くの種類の精油が売られており、ブレンドすることで自分だけの香りを作ることができます。

アロマを上手に取り入れながら、季節の変わり目を元気に乗り切りましょう！

(文：牧野)



時代の流れ！

今年は涼しい夏だと思えば、急に暑くなったりしましたね。
気温の変化が激しいので体調にはお気をつけ下さい！！
そんなことより、皆さんは静岡と言えど何を思い浮かべますか？
富士山だったり、みかんだったりを思い浮かべますよね？？
今、県外の子供たちに静岡と言えど？と聞くと『はじめしゃちょー』と答えるそうです。
『はじめしゃちょー』とは、YouTube に動画を投稿する人なのですが、現代ではその土地の特産品だったり、有名な場所ではなく、インターネットで活躍したり動画で有名な人がその県の代表的なものになっているそうです。
今では幼稚園児でもスマホを扱うような時代になっているので、すごい時代になってきたなとしみじみ感じますね。



(文・片井)

夏に日焼けをしたら...

紫外線を多く浴びると体内で「光老化」という現象が起っています。

一般的な加齢に伴う老化ではなく、紫外線を多く浴びることによって皮膚が硬くなったり、色素沈着を起こす事をさします。

さらに紫外線を浴びて肌が日焼けすると「活性酸素」が作られます。

「活性酸素」は体の中の細胞を酸化させ、老化や病気の原因になったりします。

この夏、予想以上に日焼けをしてしまったという方は「活性酸素」に対して有効に働く栄養素を、食事を通して取り入れましょう。

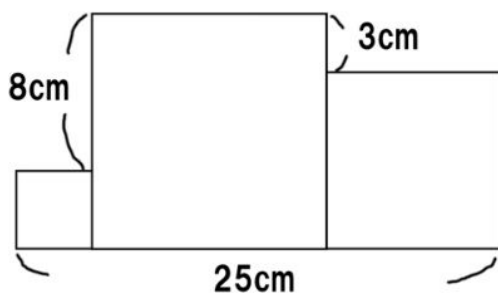
抗酸化食品としては「ビタミンC」「ビタミンE」「βカロテン」などがあげられます。

果物であればイチゴ、アセロラ、レモンなど。野菜ではブロッコリー、パセリ、アボカド、ナッツ類、モロヘイヤ、人参、ほうれん草、ニラ、かぼちゃなど。動物性食品ではいくら、うなぎなど。その他、ポリフェノールやリコピン、カテキンなども有効です。

多様な食材と一緒に取り入れましょう。

(文・瀧口)

～算数問題～




大きさの違う 3 つの正方形を並べて左図のような形を作りました。

この形の面積は何 cm^2 でしょうか？

☆ 答えを記入し、下記へ FAX (料金無料) して下さい。
正解した方に抽選で素敵なプレゼントを差し上げます。

答え：

FAX  (0120) - 02 - 5554

ご意見・ご要望などお寄せ下さい。

～お問い合わせはこちらまで～

株式会社 コスモ情報機器

〒420-0885

静岡市葵区大岩町 1-25

TEL 054-209-1919

FAX 054-209-0151



皆様の声を
お聞かせ下さい！！

<編集 杉本>