

らん む 蘭夢ニュース

蘭夢センターとお客様を結ぶ情報誌

第34号



編集・発行
株式会社河野メリクロン
蘭夢センター
〒779-3604 徳島県美馬市脇町大字北庄562-1
Tel. 0120-55-9614 Fax. 0120-55-9618
http://ranmu.jp



冬の星座が美しい頃となりました。早いもので、もう 12 月ですね。
皆様にとって、どのような 1 年でしたか？



寒暖の差が激しくなってきましたが、風邪など引いていませんか？

気温が低くなると、風邪のウイルスが活発になります。のどや鼻の粘膜がウイルスの侵入や感染を防いでくれるのですが、外の冷たい空気や室内の暖房器具などで乾燥した環境では、粘膜が弱ってしまう為、風邪をひいてしまうそうです。

《予防と対策》

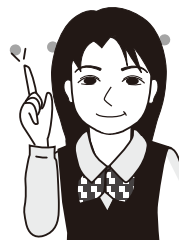
- ①外出後の手洗い・うがい・・・感染予防の基本です。こまめに行いましょう。
- ②外出時のマスク着用・・・感染を防ぎ、冷たく乾燥した空気からのどや鼻を守ります。
- ③適度な温度・湿度・・・室温は 20～25℃、湿度は 50～60%を目安に保ちましょう。加湿器が無い場合は濡れたバスタオル 1 枚を室内に干すだけでも良いそうです。
- ④室内の換気・・・換気で室内のウイルスを除去しましょう。
- ⑤十分な睡眠とバランスの良い食事・・・抵抗力を高める為にも日頃から気を付けましょう。

日ごとに寒さが増しますが、しっかりと予防して、体調を崩さないように気をつけてくださいね。

髪に関するウワサ

ウソ？ ホント？ 第8回

ウワサ：白髪の人には薄毛にならない？



【回答】

毛髪診断士：細川 典子

検証結果

×
ウソ

「白髪の人には薄毛にならない」というのを聞いた事のあるかたもいらっしゃるかと思います。

○白髪の原因⇒遺伝・老化・生活習慣・疾患（病気・治療）

精神的なもの（極度の心配・ストレス）

●抜け毛の原因⇒遺伝・男性ホルモン・血行不良・栄養不足

頭皮の不衛生・ストレス

などが考えられます。

違う要因で起こっているものですので、相関関係はないようです。

早めに白髪になるか、早めに薄毛になるかの違いはありますが、年齢と共に白髪の人でも薄毛になると思われます。「蘭夢」でのお手入れをご継続下さいませ。

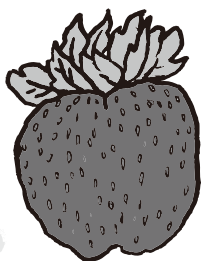
募集

みなさまからのお便り、ご意見・ご感想、ご質問などなど、お待ちしております♪

ミニ情報

「いちご」は、先のとがった方に甘さが沢山あるので、まず、へたを取ってその部分から食べるとより甘さを感じることができます。ぜひ試してみてください！

また、収穫や箱詰めをするときもキズをつけないように 1 粒ずつ大切に扱われているんですよ。



栽培や出荷にとっても気をくばっていて、良質な実には育てる為、一株に 4〜5 個の実を順次つけるよう摘花したり、できるだけ実が土に触れないようにスノコを敷いて、実をきれいに保つ工夫もされています。

価値のあるイチゴです。

一般的によく見かけるイチゴよりも大きく丸みがある『ももいちご』は、徳島県佐那河内村の農家でのみ生産されているとても希少

脇町だより

第三十四回 ももいちご

私たちのまち徳島・脇町とその周辺地域のあれやこれやをご紹介します。

クイズのコーナー

徳島県の佐那河内村内で 36 件のみの農家で生産されている最高級いちごは？

「〇〇いちご」

〇にあてはまるひらがな 2 文字をお書きください。

正解者の中から抽選で 20 名様に

プレゼント

四国のまほろばからお届けします！

【無農薬・無化学肥料】

EM 栽培で丹精込めて育てられたお米！

「ひのひかり」3kg



官製ハガキでご応募ください

50

779-3690

(株) 河野メリクロン
蘭夢 ニュース
クイズ係

①クイズの答え

②お名前

③郵便番号

④ご住所

⑤お電話番号

⑥ご意見・ご感想など一言お願いします。

＜オモテ面＞

＜ウラ面＞

※郵便番号をご記入いただくだけで住所はなくても届きます。

（締め切り期間が短いため、早めにご応募ください！）

《応募の〆切り》平成 24 年 12 月 20 日消印有効

※当選者は、発送をもって発表にかえさせていただきます。

9 月号のクイズの答え

「す(だ)ち」

編集後記

❏ 冬はこたつにみかん、ビタミンCをとりましょう。 細川

❏ 東みよし町法市の農村舞台公演を見ました。神秘的な世界と伝統文化に感激しました。 土井

❏ 食欲の秋が終り、我が家のフレンチブルドッグがメタボ気味・・・困ったものです。 尾方

❏ 朝夕めっきり寒くなり、こたつを出しました。こたつを出すと離れられなくなるので困ります。 大窪

❏ 色とりどりのイルミネーションが煌きはじめました。見かけると寒くてもあったかい気持ちになりますね。 細堀

❏ もうすぐクリスマス! どこからともなくジングルベル♪が聴こえてくるとソワソワしてしまいます。 中野