



アロマセラピー  
アドバイザー  
亜矢のハー  
ブローメモ  
TEL 3801-4725

汐入公園や隅田川の土手沿いの桜もきれいな頃となりました。新しい年度の始まりです。みなさまいかがお過ごしですか？ 私の姪も中学生となりました。制服姿に成長の過程が思い出され、喜びと共に感慨無量です。

3月から当店では毎朝ハーブティをポットで作ってお客様にお出ししております。寝具店なのでなるべく安眠ブレンドにしようと思っておりますが、一週間くらいで変えております。

今回はアンチウブリー(脳活ブレンド)です。こちらのブレンドは朝用と夜用のブレンドが5袋ずつ入っています。朝用は脳が活性化するハーブを、夜用はラベンダーなどの安眠ハーブがブレンドされています。

朝用・夜用と各5袋計10袋入り(2268円)です。今回は朝のブレンドのご紹介です。どうぞお試しください！

◇ローズマリー  
全身の機能を活性化させ老化を予防し疲れをとってくれます！血液循環、虚弱体質によいです。

◇メリッサ  
眠れないときや、神経不安なときによいです。

◇ベルベエヌ  
胃の不調のときに良いです。不眠にもよいこともあり、フランスでは夕食後から就寝前までに飲んで飲まれるハーブです。

◇ローマンカモマイル  
不眠や不安感のある時、落ち着きたいときによいです。

【飲み方】  
ポットにハーブをいれます。熱湯を350cc注ぎ3〜4分おいたら飲み頃です。

ハーブは完全無添加、甘味料・保存料も一切使わず、ハーブの力を変質させない植物100%のもののお味です。ハーブティを作ったら、立ちのぼる香りを吸い込みながら飲みますと、香り(アロマ)の作用もあります。

荒川区南千住8-12-5 ぼると東館1階  
西川寝具ハーブの店  
ラ・ボンヌオカモト

営業時間 朝10時から夜7時 水曜定休



岡田生花店  
ベルポート汐入店  
営業10〜19時  
水曜定休  
TEL・Fax 3802-8716

新年度になりました。新しい制服を着た元気いっぱい小学生や緊張した面持ちの新入社員の姿を見ると春だなど感じます。特に変化のない人にとっても春は何となく期待と不安が入り混じる不思議な季節のような感じがします。

今月は、みなさんからよく質問されることをご紹介したいと思います。

Q1. 観葉植物が大きくなってしまったので植替えをしたいのですが、いつがいいですか？

A. 観葉植物は基本暖かい所に自生してる植物なので日本の真冬に植替えをするのは危険です。5月から10月くらいまでが一番いいと思います。

Q2. 家の中に置いている観葉植物の葉が黄色くなって元気がなくなってしまったけどどうしたらいいですか？

A. 基本、日光が当たらない所に置いておくと日光不足で葉が黄色く変色していきます。葉が古くなってくると黄色く変色してくることもあります。

なるべく日の当たる所に移動させて、土に挿して使う活力剤を挿しておきます。葉が古くなって黄色くなってしまった物は取り除きます。水の与えすぎでも元気がなくなるので水は控えめにあげましょう。

Q3. 家の中に置いてある観葉植物の土の中からコバエが飛んでいるので何とかしたいがどうしたらいいですか？

A. 鉢の中の土が常に湿った状態になると虫が湧きやすくなるので、まず10日間くらい水を与えず鉢の中の土が乾ききるまで待ちます。鉢が持てる重さなら持つてみて重かったら水を与えない、軽ければ与えるようにします。それでも虫が湧くようなら殺虫剤を撒くかいいと思います。

4月の定休日は6、13、20、27日です。

☆南千住警察署よりお知らせ

○不審者に注意しましょう

気候が暖かくなり、薄着の季節になると、チカンなどの女性が被害者になる犯罪が増える傾向にあります。

南千住警察署管内でも

・3月20日19時80分頃 チカン

・3月23日15時頃 子供に対する声掛け

・3月24日16時頃 子供に対する声掛けが、発生しています。

犯人は背後から近寄ってくる人が多いので、後ろを歩く人がどんな人か概り返って確認するクセをつけましょう。

常に後ろを意識して警戒していることをアピールすることが大切です。また、携帯電話やデジタル音楽プレーヤーなどで音楽を聴きながら歩くのは危険です。まわりの音が聞こえにくく、バイクや転車が近づいても気がつかないこともあります。イヤホンを外してまわりの音に敏感になりましょう。

万一の寄合は、大声を出して交番・コンビニ等に駆け込み、110番通報をしてください。

○自転車盗難に注意しましょう

南千住警察署管内で発生した刑法犯の認知件数の約4割は自転車盗で、被害に遭った自転車の多くが無施錠の状態です。

《自転車盗の防犯対策》

1 自転車は防犯登録をしましょう

2 防犯性に優れた錠を取り付けましょう

3 わずかな時間でも必ず錠をかけましょう

4 路上に放置せず整備された駐給湯におきましょう

荒川消防署からのお知らせ

首都東京を守る消防団に入団しよう わが町をわが手で守る

東京都内には現在98消防団が組織され、約2万6千名(定員)の消防団員と約2千2百台の消防ポンプ車両等で都民の安全を守っています。

・災害活動災害活動災害が発生した場合には、消防署と一体となって迅速に消火活動を行い、街と住民を守るのが消防団の大きな役割です。

消防団の主な活動は、火災予防運動等や地域の催し物が行われるときに火災予防の呼びかけや地域の防災リーダーとして住民一人ひとりの防災行動力を高めるため、出火防止、初期消火、応急救護などの指導を行っています。また、普段から消火訓練や救助、救護訓練を行い、消防団の災害活動力を高めています。

入団資格

○ 東京23区内に居住、または勤務している方

○ 年齢18歳以上の健康な方

入団後は特別職の地方公務員として処遇されます。

現在、会社員、自営業者、学生、主婦などさまざまな職種、男女を問わず幅広い年齢層の方々が消防団員として活躍しています。あなたも地域防災の要として活動しませんか！

お問合せ 荒川消防署

TEL (3806) 0119



南千住警察署 TEL (3805) 0110