



アロマセラピー  
アドバイザー

■ 矢のハー  
ブ一口メモ  
TEL 3801-4725

晴天が続いたゴールデンウィーク皆さま、いかがお過ごしですか？私はせっかくなのでお洗濯三昧でした。カラット乾くので気持ちが良いかったです。

五月は昼間と朝晩の温度差もありバランスが崩れやすく、夜なかなか寝つけなくなったりする方も多いですね。そんなときにラベンダーをスプレーしてみてもいいかがですか？噴霧して5回ほど深呼吸、リラクゼーションしてください！

○無水エタノール10cc・精製水40ccエッセンシャルオイル(E/O)1滴はほぼ0.05cc・ラベンダー10滴・ネロリ1滴

【作り方】  
スプレーボトルに無水エタノール10ccをいれます。各アロマオイルをいれ、よくシェイク（混ぜる）します。混ぜた中に精製水40ccを入れさらにシェイクして出来上がりです。

◇ラベンダー  
気持ちが悪くなり着き心身のバランスを整えてくれます。アロマオイルの中では最も知られて、広く愛用されているオイルです。語源はラテン語で「ラウレール洗う」という意味。日焼け後の回復にも使われますが強く使うと「活性」弱くは「鎮静」になるので日焼けの時は鎮静なのでオイルではなく人肌のハーブティーでパッチングするくらいの方が良いです。

◇ネロリ  
不安な気持ちが続きたときやシヨックなどの気分を鎮めてくれます。ビターオレンジの花1トンから1キロの精油しか採油されないほどの高価なオイル。

※使用する前にはよくシェイクしてください。無水エタノールを使用しているので、肌には使えないのでご注意ください。

荒川区南千住8-12-5 べるぼうと東館1階  
西川寝具・ハーブの店ラポンスオカモト  
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

5月に入りゴールデンウィークもお天気がよくお出かけされてかたも多いのではないのでしょうか？

5月はゴールデンウィークに関心がいきがちですが5月の第2日曜日は「母の日」です。母の日の始まりは1900年代初頭にアメリカでアンナ・ジャービスという女性が亡くなった母親が日曜学校の教師をしていた教会で亡き母を偲ぶ記念会を開催した際に参加者全員に白いカーネーションを贈ったことが始まりと言われています。そして1914年にアメリカの記念日となり5月の第2日曜日と定められました。今はカーネーションに限らずいろいろな花を贈るようになりました。

母の日にお勧めの鉢花を紹介したいと思います。勿論、定番のカーネーションです。カーネーションは日当たりと肥料が育てる際のポイントです。日当たりのより場所10日に1回の割合で水の代わりに液体肥料を与えると花付がよくなります。カーネーションは肥料が多く必要な植物です。花がらもこまめにとると次のつぼみも大きくなります。

【ラベンダー】香りも良く紫がともきれいな植物です。湿度に弱いので、水のあげすぎは注意です。あまりあげすぎると根腐れや鉢の真ん中が腐ってくることもあるので注意しましょう。早めに花を切つてしまえばドライフラワーにしてみるのもいいかもしれません。【アジサイ】5月6月にお勧めの花です。今は種類、色ともに豊富にあります。6月に咲く花らしく水が好きなので水切れには注意が必要です。花が咲いて段々色が変わってくるあじさいもありです。花が咲き終わったら下から2節くらい残して剪定すると翌年も花を付けます。アジサイを切り花で楽しむときは茎の中の綿を取りだしてから飾ると長持ちします。

【ベルフラワー】青い小さなベルの形をした花です。小さな花をたくさんつけます。形が崩れてきたら適当な長さに剪定します。宿根草なので冬の間は地上部には何もありませんが地下では生きていますのでお水はあげてください。春になるとまた葉が出てきて青い花を咲かせます。

5月の定休日は3, 10, 17, 24日です。31日は月末営業いたします。

☆南千住警察署よりお知らせ  
南千住警察署管内、特殊詐欺被害3件発生！

南千住では今年4月にオレオレ詐欺2件、還付金詐欺1件が発生し、被害額は1000万円を超えています。

○振込め詐欺とは

息子や孫を装って「オレだよオレ、携帯電話の番号が変わったから登録しておいて」「オレだけど、今風邪を引いて声が変わるんだけど」と電話をかけてきて油断をさせて、暫くしてから「お金が入った会社のカバンを電車に忘れた。今すぐにお金があるんだ」「借金の連帯保証人にならちやうて、今日までにお金を払わないと。」等、急に借金が必要にならうとお金を騙し取りります。

また、有名デパートの職員を装って「△△デパートの者ですが、あなたのカードが不正に使われましてので調査します。」等と言葉巧みに焦らせてから、自宅まで通帳やキャッシュカードを取りに来て、更には今すぐ手続きをしなければならぬので「と言葉巧みに暗証番号などを聞き出してお金を騙し取りります。

○還付金詐欺とは  
「荒川区役所健康保険課の△△ですが、医療費の還付金があります。すぐに手続きをして下さい。」等、お金が戻ってくるかと騙して、無人のATMまで言葉巧みに誘導してお金を振り込ませします。区役所はそのような電話を決してしません。ATMを操作してお金が戻ってくることは絶対にありません。

被害を防ぐには「犯人からの電話に出ないこと！」

南千住警察署では荒川区役所と連携して高齢者の方の世帯に対し振込め詐欺を撃退するための自動通話録音機設置を推進しています。設置を希望される方、または詳細を知りたい方は南千住警察署防犯係までご連絡ください。

南千住警察署 TEL 3805(0)110

荒川消防署からのお知らせ



東京消防庁管内では平成27年中は日常生活における事故により12万8619人が救急搬送されており、年々増加傾向にあります。その中でも5歳以下の子供（乳幼児）と高齢者の救急搬送人員が多くなっており、平成27年中の乳幼児の救急搬送は9829人と過去5年間で最も多く搬送されています。平成27年中を年齢別にみると1歳が最も多く次いで2歳となっております。落ちる事故、ころぶ事故での救急搬送が多く、入院が必要とされる中等症以上の割合が高い事故は「おぼれる」「やけど」「落ちる」事故となっております。

おぼれた場所の第1位は自宅の浴槽です。子供のおぼれを防ぐためには子供だけで浴室に入れないようにし、決して目を離さないことが大切です。

やけど事故は熱湯や味噌汁、お茶などの熱い液体でのやけどが多いです。やけどの恐れのあるものは子供の手の届くところに置かない。子供を抱いたままの調理や熱いものの飲食は止めましょう。

落ちる事故は住宅のベランダや窓から落ちる事故が繰り返して起きています。窓際やベランダには子供が登れるようなものを置かないようにしましょう。

乳幼児は危険に対する認識が乏しく、危険を回避する能力が未熟です。家族など周囲の人が、過去にどんな事故が発生しているかを知り、事前に対策をとることで重大な事故から子供を守りましょう。

荒川消防署 TEL (3806) 0119