



アロマセラピー  
アドバイザー  
ふとん屋あや  
の眠りのメモ  
TEL3801-4725

あつという間に梅雨が明けて暑い日が続いています。みなさんいかがおすごしですか？

この寝苦しい時期は「夜、よく眠れるのをください」とご来店される方が多いです。私もぐっすり寝たい！まずは接触冷感のひんやりパット！価格もひんやりの感じも色々です。裏表で夏だけでなく一年中使えるものやひんやりが持続するものなど。このパットは眠る前、室内を冷やしておくことでより気持ちがいいですよ。毎年人気があります。

そして、天然の麻のマット。麻は吸放湿性が良いのでサラツとしていて、熱伝導率もよく天然の接触冷感です。ひんやりはしないけれど脱脂綿が汗をとめてよく吸ってかれて、サラツとしている「パシーマのパット」これは小さいお子さんや高齢者の方にはとてもお勧めです。エアコンを使っても汗はかきます。その汗や湿度を吸収してくれてサラツとしていて表面のガーゼが洗うごとにふんわりして肌によくなじみます。

今年例年にならない暑さと、暑い期間も長く続くそうです。日中の疲れは、夜ぐっすり眠って解消しましょう。特に寝始めの90分をぐっすり眠れることが大切です。朝スッキリ目覚められます。

荒川区南千住8-12-5 べるぼうと東館1階  
健康は良い眠りから

ふとんの店おかもと89

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・Fax3802-8716

梅雨もあつという間に明けて夏本番になりました。雨があまり降っていないように思うのですが、大丈夫なのでしょううか？

体が暑さに慣れていないので体調管理にはお気を付け下さい。

7月の今月はお盆についてお話ししたいと思います。

お盆の時期はいつなの？

東京とその近郊は7月がお盆です。それ以外の地域では8月がお盆です。一部の地域では8月の上旬にお盆を行う所もあるようです。

お盆とは？

お盆の正式名称は「盂蘭盆会」と言います。お盆の由来は諸説ありますが、サンスクリット語で「逆さ吊り」を意味する「ウラバンナ」の音写というのがある有名です。先祖の霊を呼び寄せて供養する行事です。

お盆で何をしますの？

13日にお墓にご先祖を迎えに行きます。帰ってくるご先祖を迎える迎え火をたきま

す。そして精霊棚を仏壇の前に作り位牌をその棚に飾りお花や牛馬、ほおづき、がまの穂や季節の果物などを飾ります。お供え物は地方によって様々です。そして新盆のお宅は白い提灯を飾ります。新盆以外のお宅は色を使ったカラフルな提灯を飾ります。

16日にご先祖を送る送り火を焚いてあの世にかえっていただきます。

今月の定休日は4・18・25日です。11日

はお盆前なので営業いたします。

☆南千住警察署よりお知らせ

○オレオレ詐欺被害2件発生！

①日時 6月12日午前10時ころ  
場所 東日暮里1丁目

銀行員を名乗る者からキャッシュカードが使えなくなるとの電話があり、話している最中に訪問してきた男に封筒に入れたキャッシュカードを手渡してしまいました。

②日時 6月18日午後0時ころ  
場所 南千住3丁目

孫を名乗る男から「自分の身が危ないからお金を都合してほしい」等と電話があり、午後5時ころ孫の知人を装った男に現金を手渡してしまいました。

○「送ったけど届いた？」は要注意!!

息子や孫を装って「スイカ、メロン、りんごなどのくだもの送ったけど届いた？」という手口があります。その後、何かしらお金を工面してくれるように要求してきます。

予め、息子や孫の携帯電話番号を記載しておき、必ず確認の電話をしましょう。南千住警察署では息子さんなどの電話番号を記載して受話器に貼ることができ

るシールを配布しています。このような不審な電話には、常に留守

番電話にして撃退しましょう！また、荒川区が65歳以上の方が居る世帯に貸出をしている「自動通話録音機」も効果的です！

不審な電話があった際には、南千住警察署まで連絡をお願いします。

南千住警察署 TEL(3805) 0110

荒川消防署からのお知らせ

○河川やプール等での水の事故を防止しよう

夏は河川でバーベキューをしたり、プール等に出かける機会が増えて楽しい季節ですが、おぼれて救急搬送される事故も、この時期に多くなります。河川やプール等でおぼれる事故は、生命を脅かす事故となる可能性が高いことから、十分な注意が必要です。

東京消防庁管内では、平成25年から平成29年までの6月から9月に発生した河川やプール等でおぼれる事故(自損、浴槽での溺水は除く)により、73人が救急搬送されています。また、8月に搬送人員が多くなっています。年代別にみると、20歳代が最も多く、次いで9歳以下、10歳代となっています。おぼれる事故の発生場所は河川が最も多く、次いでプールとなっています。子ども用のビニールプールでも2人搬送されています。

河川やプール等での水の事故を防ぐために

① 小さい子供と一緒に水遊びをする際は、子供から目を離さず、保護者や大人が必ず付き添って遊びましょう。

② 飲酒後や体調不良時には遊泳は行わず、もし遊泳しようとしている人がいたら、周りにいる人は遊泳をやめさせましょう。

③ 海や河川では、気象状況に注意を払い、荒天時や天候不良が予測される場合は遊泳や川岸等でのレジャーは中止しましょう。

④ 海や河川では、ライフジャケットを着用するなど、事故の未然防止に努めましょう。

荒川消防署 TEL(3806) 0119