

～病気に負けない体づくり！自然治癒力を上げよう～

カイロプラクティック
すまいる

大野城市錦町 2・5・20
Tel.092・593・6884

にこにこ通信

すまいる
筑紫野店

美しが丘南 3・10・6
Tel.092・926・8222

第 25 号 7 月 1 日

<http://sumairuchikusinoten.web.fc2.com>



暑中お見舞い申し上げます



6月は空梅雨でしたが、7月の予報では大雨とか…

エルニーニョ現象も予想され冷夏になるとのことですが、頭の痛い予想です。

東北地方では6月中旬には田植えも済んでいましたが、原田地域も7月上旬には完成することでしょう。福岡では雨が降らなくて田植えが例年より遅かったと、農家の方から聞きました。

自然を相手にする農業、雨も日光も大切、その恩恵にあずかる私たちも自然の中で生かされています。7月の大雨には私たちにできる備えはしておきましょう。

7月と言えば博多祇園山笠、子供が小さかった頃【飾り山笠】を見せに連れて行きましたが、子供は正直ですね。時代物の飾りには興味がないようで、すぐに飽きて動こうとします。変わってドラえもんやアニメの前では動きません。懐かしい思い出の一つです。

しかし本物の舁き山は子供たちを一度も連れて行っていません。親の都合で残念です。

本格的な夏の到来は、食中毒や水の事故などあってはならないことも起きやすい季節です。今年も日本一を争う最高気温が話題をさらうことでしょう。

こんな微笑ましい話題には「すごい!41度なんて想像もつかない!」で済みます。

しかし、親が一瞬目を離したすきに波にさらわれたという痛ましい水の事故は、地獄では。

親子で楽しむ夏のレクリエーション、どうぞ気を付けて

楽しんでください。(老婆心より)

我が家のピラミッド紫陽花もやっと咲きました。

少し日陰に植えているためよそ様より遅れて咲き始めますがその分長く楽しんでいきます。

花は季節の顔ですね。夏の代表的な顔は朝顔でしょうか？

そろそろ咲き始めることでしょう。

早朝散歩の楽しみがまた増えます。お宅ではもう咲き始めましたか？



規則正しい毎日で暑い夏も元気に過ごしましょう!

皆様に爽やかな風が吹きますように

ハーブの蠅よけ蚊よけ

あなたのお庭にはハーブと呼ばれる香草はありますか？
草を意味するセージやマヨラナなど薬草と言われるものもあります。
歴史は古く紀元前2000年ころの古代エジプトではミイラの防腐剤として使われていたそうです。

医学界の聖人と言われるヒポクラテスの医学書には、薬効ありの記述もあります。合成医薬品に比べ劇的効果は期待できませんが、多様な成分がバランスよく働き心身の調和を図ってくれます。体に優しいのです。

ハーブと言えばハーブティを連想しますが、料理を引き立てる脇役として、又乾燥させれば香辛料として、その他虫よけとして珍重されます。

★蠅よけには…ラベンダー ベニーロイヤル タイム ユーカリなど



ラベンダー



ベニーロイヤル



タイム



ユーカリ

★蚊よけには…レモングラス レモンユーカリ ペパーミント バジルなど



レモングラス



ペパーミント



バジル

ローズマリーは

野菜 肉 魚料理に適した香辛料として愛用されています。
脂肪の消化を助けてくれる優れたもの、抗菌性に富みます。
育て方も簡単で挿し木で大丈夫です。
ハーブティにすると元気回復効果有り。
その他化粧品にも見られます
すまいるにありますが、いつでも差し上げます。



ローズマリー