

作成日		発行
2020.04.01 No.298		㈱秋山製作所 企画・デザイン室

## 桜

4月に入り、全国各地の花見の名所では桜の花が満開になっていると思います。しかし、残念ながら今年は新型コロナウイルス感染症の影響により現時点で花見やイベント等の開催が自粛要請になっています。桜は日本では鑑賞用途として、他の植物に比べると特別な地位にあります。東京の上野公園でも、花見の自粛要請が出てもお「桜の花を見たい」と訪れた人たちは、桜の下をゆったりとマスクをしながら歩き、鑑賞している映像もニュースで見受けられました。宴会をしているグループもあるようです。「桜伐る馬鹿、梅伐らぬ馬鹿」と言うことわざがあります。桜は枝を切るとそこから腐りやすくなるので切らないほうがよく、梅は枝を切らないとむだな枝がついてしまうので切ったほうがよいという事です。いくら桜が綺麗でも、酔った勢いで枝を折って持つて帰るという行為はしないでほしいです。

山梨県には、日本三大桜の一つ高山神大桜があります。樹齢約2000年といわれ、樹高は10m、目通り幹周約11mもあります。日本で最古の巨樹、国の指定天然記念物で「新日本名木100選」にも選定されています。お近くにお越しになりましたら、ぜひ一度ご覧ください。



当社には桜モチーフデザイン商品が沢山あります。胸元に桜を着け、気持ちだけは明るく維持して行けるよう、ご提案させていただきます。(T. I)

B4695



B6127P



B5845



## 読書通帳

図書館に設置された専用端末に通帳型の冊子を通すことで、自分が読んだ本のタイトルや貸出日を記録し、一覧として可視化できる「読書通帳」。人々の読書離れの深刻化が嘆かれる昨今ですが、この読書通帳を導入した図書館では、利用者数が全国的に増えているといいます。

「子どもたちにもっと本を読んでもらうきっかけづくりになれば」という狙い通り、通帳を持った子どもたちは、学校で読書通帳を見せ合いながら競い合うように本を借りるようになっているといいます。大人も、読んだ本の冊数を数える、シリーズ作品を何巻まで読み進めたのか、以前読んだ本をまた読みたい、他の人に薦めたい時に確認できるなど、とても便利です。

子どもの成長もみられる読書通帳。山梨でも広がりを見せつつあります。新年度、新学期が始まりました。手書きでもいいので、一年間読んだ本を記録してみたいか、がでしょうか？(N. K)



## 腸活

最近話題の腸活。腸の調子を整えることで、美肌、見た目の若々しさ、ダイエット効果、アレルギーや風邪の予防&改善、メンタル面の健康、睡眠改善など、健康にも美容にも嬉しいメリットがたくさんあります。



腸活で目指すべき良い腸とは「毎日、理想の便がスッキリ出る腸」を指します。そのために、簡単に取り入れることのできる腸活は、①朝起きたらまず1杯の水を飲む。②発酵食品と食物繊維を積極的に摂る。よく聞くワードのように感じますが、これがなかなか意識しないといけないんですね。

腸には100兆個以上の菌が存在すると言われていて、その種類は善玉菌が2割、悪玉菌が1割、優勢な方を応援する日和見菌が7割。この日和見菌を味方につけることが、腸内環境を整えるために必要だといいます。

新年度、新しい環境になる方も多いと思います。腸の環境を整え、ストレスに負けない身体作りは重要ですね！(N. K)