



こんにちは! お客様係の伊藤留美です!

このお便りが届く頃にはもう終わっているのですが、6月22日、23日の2日間、札幌で「よさこいソーラン祭り」が開催されます。私も今年で7年連続出場。「蜂っ子」を飲んでますます張り切っています。今年は乙部町館の岬チームと札幌、浦幌の2町のチームが合流。「ヴァイア浦幌&館の岬」チームとして総勢100人で参加します。大人になってから何か1つのことに全力投球できることって少ないですよ。これだけの人数が一度に全力を傾けて熱中する時のエネルギーって本当にすごいです。毎日の練習は辛い時もありますが、支えてくれる家族や周りの人たちのおかげで今年もまた新しい感動に向かって進んでいけそうです。(今年は高校1年生の娘も一緒に踊るんですよ。)

それぞれ離れた地で練習しあっているチーム同士ですが、不思議と心がつながっている感じがするんですよ。みなさん、ぜひ見に来てくださいね。

月替わりでナルミのスタッフが登場!ご挨拶がてら色々なお話をしてくれます。お楽しみに!!

自分自身へ贈るとっておきの

健康タイム 03

大根は何型?
ところで、あなたの血液型は何型でしょうか?「A・O・B・AB」の4タイプに分かれる血液型は、性格分けをする時などに良く使われていますね。一般的には、A型は几帳面で慎重、O型はおおらかで行動的、B型は好奇心旺盛

盛でマイペース、AB型は趣味性が強く冷静であるといったことが言われています。日本人はA型、O型で人口の約70%を占めますが、インドではB型とA型で人口の50%を、アルゼンチンではO型が人口の90%以上の割合を占めるのです。国によって人柄が違うのも関係があるのかもしれませんが。

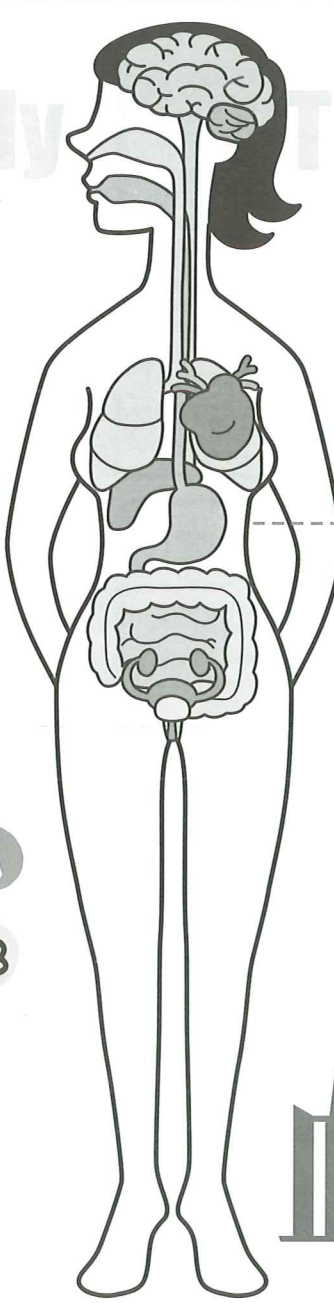
と逆効果かもしれません。人間だけでなく、動物や植物にも血液型があります。例えば犬はA型、牛はB型、キャベツや大根はO型、A B型は猫やカエルに多いようです(笑)。

血液のしくみ
全長10万km。地球を2周半もするこの数字は、なんと私たちの体の中を隅々まで流れる血液の通り道、「血管」の長さなんです(1人分ですよ)。血管は動脈、静脈、毛細血管の3種類に大別され、心臓から運び出された血液は動脈を通じて体の各器官に運ばれます。そして毛細血管が隅々へと酸素や栄養分を供給します。こうして体のあちこちを回った血液は二酸化炭素や老廃物を受け取り静脈を通じて再び心臓へ戻ります。この一連の流れ(心臓から出ていって帰ってくるまで)は23秒という驚くような短時間でこなされているんです。

企業でも血液型を参考に配置や業務を検討する所があるようです。ミスをしたときの対処も血液型によって注意の仕方を変えているようで、例えばO型の人には叱る時はこっそりと、誉める時は皆の前というようにやると効果があるようで、O型の自分としても確かにそうだなと思ったりします。ちなみにA型は叱るも誉めるも一人きり、B型は逆にどちらでも面前で、AB型は特にこだわらない、との事でした。ただしこれはあくまでも統計的な話。人付き合い全てに応用しようとする

血液の流れをたどると...
血液の循環が悪いと体には様々なサインがでてきます。お風呂に入ったりと、マッサージをしたり、お酒を飲んだりすると一時的に血液の循環は良くなります。自然界においても流れる川の水は腐りませんが、循環のない状態の水には苔が生えたり水垢がついたりします。血液も水分です。人間の体重の約8%を占める血液、他の器官の水分も考えると人間の体は大半が水だということに気がきます。飲んだ水が体中を駆け巡り、排泄され、川や海に流されて蒸発し、雲になり再び雨となって地上へ、そしてまた体内へ...マクロに見ると、身近に接する水との付き合い方が我が身に帰ってきているということが分かるでしょう。

血液のはなし



毎回好評をいただいております「健康タイム」も今回で第3回目を迎えました。このコーナーは身体の機能を知ることが健康への第1歩ということで、毎回身体の一部をクロスアップし、健康法なども掲載していきます。健康を維持するのは難しいようでもありますが基本的な事をささえ守っていれば意外と簡単なので、この機会に今一度自分の身体の事を考えてみてはいかがでしょうか? 第3回目は「血液について」です。

血液

【けつえき】

毎月月末発行のフリーペーパー
北海道(道南エリア)生活情報誌「ダテパー」7月号掲載