

★春に眠くなるのは「冬眠」習慣の名残？

3月になると本州では桜が咲く良い季節ですね。北海道で見られるのはもう少し先になりますが、それでも少しずつ気温が上がり雪が解けて暖かいお日様を感じられる季節。こっくり、こっくりと、ついまぶたが重くなります。春にうたた寝が多いのは、気候がいいことだけが理由ではないようです。一説によると、冬眠から目覚めたために生じる反動なのだそうです。私たち人間は冬眠こそしません、体の方は冬眠する体勢に入っているのだそうです。たとえば、冬になると人間の毛細血管は、他の季節のときに比べて縮まります。これはエネルギーの消費を抑え、蓄えることで、冬眠に備えようとするもの。そして、春が来るとその体勢が解除され、毛細血管が全開になり、エネルギーがどんどん供給・消費されるようになります。その疲労のために、春先は特に居眠りしがちになるのだそうです。この私たちの体の冬眠現象は、ヒトに進化するずっと以前の、まだ冬眠の習性があったころの名残と言われていそうなんです。こんな働きがあるなんて面白いですね。



★高齢化社会を助ける雪かきの達人現る

いよいよ3月！年度末であります。雪と戦う手稲区民のわたくしは待ちに待った3月です。もう雪はいりません。嫌いじゃないけど、好きでも無い！雪かきです！やらなくて済むならそれに越した事はないです。今季は1月に積雪が例年の3割程度で、凄い幸せだと思っていたら、1月末から取り戻すように降りました。そんなに慌てて帳尻合わせしなくてもいいです。我が家のある住宅街は高齢化が進んでおり、おばあちゃん率が高いです。近所の90歳独り暮らしのばあ



ちゃんの家も私のルーティーンとなりました。ついでに転勤で不在の我が家のお隣さんも私が雪かきしてます。このご時世だし、雪に埋もれてると不用心ですからね。雪かきだけで1日2万歩歩いている日もあるくらいで、腰痛・筋肉痛との闘いです。しかし、長い時間外にいると近所の人が通って、いろんな人に話しかけられたりするの、まあ近所さんとのコミュニケーションが取れていいような気もします。おばあちゃんもすごく喜んでくれるし、90歳からしたらアラフィフ中年おじさんも子供みたいなもんらしくて、お菓子とか沢山くれます(笑)ありがたいです！早く雪が解けてお年寄り達が外に出やすくなってくれたらいいなあと思うばかりです。



SHARP プラズマクラスター25000 数量限定!

加湿空気清浄機

大特価! KI-RS40-W(ホワイト)
24,800円

プラズマクラスターでおなじみ、(税別) SHARPより発売中の加湿機能付き空気清浄機を限定特価にてご紹介!

スリムで置き場所を選ばない

コンパクトな作りで場所を取らず、寝室やこども部屋にも最適。他の部屋で使いたい時も軽いので楽に持ち運びができます。



お手入れラクラク

プレフィルターに付いた大きなほこりは後ろパネルを付けたまま掃除機で吸い取るだけで簡単清掃。



うれしい機能満載

二オイ、湿度、温度の3つのセンサーで空気を感知し、賢く運転。乾燥が気になる時期は加湿機能でしっかりお部屋の湿度を保てます。モニターの眩しさと風量を抑えた「おやすみ運転」も就寝時の眠りを妨げずおすすめです。



◆仕様◆

寸法(mm):高さ622×幅280×奥行260
適用床面積:10畳
質量:6.7kg
加湿方式:気化方式
加湿量:最大420ml/h
給水トレイ容量:2L

～マキタフェアのお知らせ～

2025年3月6日(木)13:00~19:00
2025年3月7日(金)10:00~17:00
会場:(株)マキタ 札幌営業所 特設会場
住所:札幌市東区伏古1条2丁目6-26
TEL:(011)783-8141

話題の新製品をぜひご覧ください!

マキタ製品の購入はぜひこの期間に…!



森

モリチュウ新聞

春号

(第163号)

2025年3月

発行元:(株)モリチュウ

札幌市白石区

北郷3-2-1-3

TEL:011-876-1133

FAX:011-876-1144

<http://www.morichu.jp/>