



## 消臭剤なのに 消臭できて ない!?

(株)グリーン・エナジー  
代表取締役 **山根 寿豊**

「消臭剤は実は消臭していないんです」というと、ものすごく驚かれます。一口に消臭と言っても種類が4つあるんです。

- ①活性炭、ビーズ剤など…物理的吸着：飽和状態になると効果がなくなる。交換が必須。
- ②芳香剤など…マスキング法：感覚的に悪臭をなくす。根本的解決ではない。
- ③微生物や酵素を利用…生物的方法：処理速度が遅く、使用方法が限定的。
- ④科学的成分による悪臭や VOC の分解…化学的方法：根本的解決に一番適している。

どのタイプを使用するとしても、まずは、ニオイの元を減らすことが最優先。トイレなら、便器だけでなく、壁や床も掃除する。浴室がカビの臭いなら、カビ除去を。靴箱なら、靴を洗う、天日干しなど。

消臭剤はあくまでサポート的な役割。原因を除去しても、まだニオイが気になるときに利用することで効果を発揮します。

年末の大掃除の時期。そのこともちょっと念頭においてみてください!

ちょこっと工夫で、毎日を快適に♪

## オキシトシン 別名「幸せホルモン」

人は親しく触れ合ったりハグしたりすると、幸せホルモンと呼ばれる「オキシトシン」が分泌されます。これによって脳の疲れが取れ、リラックスやストレス軽減につながります。

では、幸せホルモンはスキンシップでしか分泌しないのかといえば、そうではありません。研究により、様々な行動で分泌されることが実証されています。

なかでも一番重要なのは、「ポジティブな感情表現をする」ことなのだそう。声に出して「楽しい!」「かわいい!」「おもしろい!」「気持ちいい!」「素敵!」など、ポジティブな気持ちを表現にすることが、幸せホルモンの分泌を促すのだそうです。

それともう一つ。幸せホルモンの分泌を促すために、

手軽に実行できるのが「抱き枕」です。「抱くこと専用」の枕でもいいですし、肌触りのよい大きめの枕を、神経が集中する顔に触れさせるだけでも、幸せホルモンの分泌につながり、高いリラックス効果が得られます。

さらに、抱き枕を抱くことで、脚や腕の重みが吸収されるので、腰痛や肩こりで悩んでいる方は、痛みの軽減につながります。

いびきで悩んでいる人にも、抱き枕は強い味方に。いびきの原因の多くが仰向け寝。上を向いて眠ると、舌やのどの筋肉が下がり、気道が圧迫されていびきにつながります。抱き枕で横向き寝をすることで、改善されるのです。抱き枕をぜひ試してみてください。翌朝の目覚めがちょっと違いますよ。

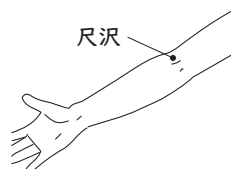


健康ツボ事典

しゃくたく  
**尺沢**

呼吸器系のツボ

呼吸器の症状に効果的なツボである「尺沢」。肺の気の流れの上にあるツボといわれています。寒暖差で、咳や痰、咽頭部の痛みなどに悩まされるときなどに有効なツボで、ひじの内側のしわの上で、親指側のかたい腱の外側にあります。ピンポイントで場所がわかりづらい場合は、ひじを曲げて、内側をやさしくポンポンと叩いてあげても効果がありますよ。



こううんりゅうすい

**行雲流水**

「行雲」は空行く雲。「流水」は流れる水。空をゆく雲や川を流れる水のように、深く物事に執着せずに、自然の成り行きに任せて行動することのたとえです。元は、中国の文豪の書の言葉が由来。文章を書くときの心得だった表現ですが、後にもっと広い意味で使われるようになりました。



## 「香害」をご存知ですか？

「香害」は柔軟剤をはじめとする合成香料によって起こる健康被害です。「シックハウス症候群」と同じく揮発性化学物質による健康被害なのですが、洋服・髪などにニオイ成分が付着しているため、「シックハウス症候群」よりも、日常的にニオイに遭遇する「香害」の方が私には恐怖です…。

過去には、向かいの家のベランダから漂う洗濯物の柔軟剤のニオイで窓を開けられず、どこかしら室内に侵入してくるニオイがつかなくて、引越したこともありました。

外出先でも、遠いところにタバコを手をしている人

がいたり、風下においてニオイを早く探知できた時は、道を変えたり、マスクを重ねたり、事前に対処しています。

ですが、恐ろしいのは直前までわからない時！突然襲ってくるニオイは、かなりの衝撃です！時には、あまりの衝撃で道路脇でうずくまってしまうことも…。もし、そんな姿を見かけたら、あたたかく見守ってください。

様々な香りで溢れている世の中。本来はいい香りを楽しむものなのですが、「香害」でしんどくなる人の存在も知っておいていただけたら幸いです。

日本の  
四季を  
食す

### かぼちゃ



野菜なので、獲れたてで新鮮な方がおいしいと思いがちですが、実はかぼちゃの場合はそうではないんです。獲れたてのかぼちゃは、水っぽくて甘みが少なく、収穫後に熟成させている間に、でんぷんが糖質に変化して、ほくほくと甘く美味しくなっていくんです。通常は、収穫後、農家さんの倉庫で1カ月ほど寝かせて「追熟」させてから出荷されますが、直売所などでは、収穫直後のものが売られていることもあるので、上手に選んでください。

選ぶときは、まずヘタをチェック。枯れて乾いてい

るものが、追熟されていておいしいサイン。次に、皮が硬く、表面の凹凸がしっかり出ていて、色ツヤのよいものがあります。また、重量感があるものもオススメです。カットされている場合は、種がしっかりと詰まっています、果肉の色が鮮やかなものがオススメです。

かぼちゃは、緑黄色野菜の王様と言われるほどに栄養が豊富。ビタミンE、ビタミンB1、B2、ビタミンC、β-カロテン、カルシウム、鉄分、カリウムなど幅広い栄養素が含まれており、これらの相乗効果によって疲労回復が期待されています。一番栄養価が高いのは皮なので、皮ごと食すのがベスト。油と一緒に食すと、栄養の吸収率が高まるので、ソテーなどにするのもいいですね。

## 株式会社グリーン・エナジー



代表取締役 <sup>かずとよ</sup> 山根 寿豊

ニックネーム やまちゃん、かずくん  
生年月日 1974年5月6日  
星座 牡牛座  
血液型 O型(先祖代々全員O型)  
出身地 大阪府茨木市  
出身校 茨木市立西幼稚園 → 茨木市立春日小学校 → 茨木市立西中学校(体操部) → 洛南高等学校(体操部) → 奈良産業大学法学部

趣味 子どもと遊ぶ  
好きな映画 スターウォーズ  
好きなこと お笑い、格闘技

部屋、トイレ、浴室、エアコン、車……空気が気になりませんか？

### ニオイ、ウイルス、カビ etc 空気環境のことなんでもご相談ください！

洗浄、消毒、消臭、除カビ、防カビ、  
抗ウイルス、VOC低減、リフォーム、  
エアコン(洗浄、入替、新設)、外壁洗浄など

取扱  
商材

ダイヤニウム、アクアミスト、菊風タオル、  
NEOZONE® フィルター、NEOZONE® MASK

事故物件の  
特殊清掃も  
承ります！



〒590-0133 大阪府堺市南区庭代台1-18-14

072-206-0555 <https://greenergy2006.jp>

info@greenergy2006.jp

@kazu3CHO facebook.com/YamaneKazutoyo

HPはこちら

