



❖ 『衣替え』の時期やポイント ❖

今年も10月に入っても日中は暑い日が続いていましたが、ようやく気温も下がり秋らしい季節になってきました。ここ数年、温暖化の影響もあり、気温の変化が激しくなっている様な気がします。そこで、上手に衣替えをする衣替えの時期の目安や、ポイントをご紹介します。

【衣替えの時期】

一般的な衣替えの時期は、

○春服・・・4月1日 ○夏服・・・6月1日 ○秋服・・・9月1日 ○冬服・・・10月1日

ですが、住んでいる地域や、その年の気候などによって衣替えのタイミングは変わってきますので、『最高気温』を目安に判断するのがおすすめです。

- <春服への衣替え>・・・最高気温15℃～20℃
- <夏服への衣替え>・・・最高気温22℃以上
- <秋服への衣替え>・・・最高気温15℃～20℃
- <冬服への衣替え>・・・最高気温15℃以下



【衣替えのポイント】

- <よく晴れて湿度の低い日にする> 湿気でカビやにおいが発生するのを防ぐ
- <不要な服を処分する> 何年も来ていない服や、サイズが合わない、ヨレや汗じみがあるものなど
- <クローゼットの掃除をする> 掃除機をかけ、雑巾で乾拭きをし、防虫剤や除湿剤を入れておく
- <しま洗いをする> 黄ばみや変色を防ぐために、服をしまう前にもう一度洗濯をする
- <2週間程度の移行期間を設ける> 気温差に対応できるように

※一見、きれいに見える服でも、目にみえない汚れが意外に付着しています。服の状態をより良く保つためにも、一度でも袖を通した服はしっかり汚れを落としてから、衣替えを行うことをお勧めします。

＊ 今月の豆知識 ＊

～ 涙が出るのを防ぐ『玉ねぎの切り方』



～

玉ねぎを切ると目にしみて涙が出る方は多いと思います。玉ねぎは切ることによって、玉ねぎの細胞が壊れ、催涙成分である「硫化アリル」が空気中に蒸発して目や鼻の粘膜を刺激し、体が反応して粘膜を守るために涙や鼻水がでます。そこで、涙が出るのを防ぐ方法をいくつかご紹介します。

- ＊ よく切れる包丁を使う・・・ 催涙成分が飛びにくくなる
- ＊ 冷蔵庫で冷やす・・・ 酵素の働きが弱まり、催涙成分が発生しにくくなる
- ＊ 水に5分ほどさらす・・・ 催涙成分は水に溶けやすい性質を持つ
- ＊ 玉ねぎの繊維に沿って切る・・・ 繊維を断つように切ると催涙成分が流出しやすいため
- ＊ 換気扇回しながら切る・・・ 揮発性である催涙成分を換気扇で吸い取る
- ＊ 先にレンジで加熱する・・・ 加熱して酵素の活力が弱まれば催涙成分は発生しません
- ＊ 割箸をくわえながら切る・・・ 涙よりも唾液の分泌が優先される





赤松事務機株式会社
代表取締役 片松 保佳

『社長のつぶやき』

10月になりました。秋らしく過ごしやすい日もあれば日中は日差しがきつい日もあります。日によって気温に差がありますので何を着て外出しようか悩む日も多いですね。特に朝晩は少し寒いと感じる時もあります。体調を崩さないように十分ご注意ください。

ここ数日、なぜか空を眺めてしまいます。朝の清々しい青さ、日中の突き抜けるような青空、日没前のカレンダー写真のような夕焼けの色、そして夜になると大きくはつきりと見えるお月様やキラキラと輝く星……。どの時間帯でも見上げるたびに何か感じるものがあります。秋の澄んだ空気がそうさせるのか、はたまた年を重ねたしまったせいでそう感じてしまうのかは分かりませんが少し感傷に浸ってしまいます。そして視線を空から外すと不思議なことに少し心がリセットされた感じで生活に戻ります。先日とあるお客様から「自分のリセット」についてお話をお伺いする機会がありました。そのお客様は旅行がお好きでそのたびにあちこちの素晴らしい宿泊施設に宿泊されるそうですが、それ以外でもご自分をリセットされる方法をお持ちでした。それは「人気（ひとけ）のあまりない近場の自然の中で目の前の景色を眺めながら時間を過ごすこと」だそうです。仕事で行き詰まったりいいアイデアが浮かばない時にはその近場のスポットにふらりと出かけて只々目の前に広がる自然の中に身を置くそうです。そうする自分の意識から日々の出来事が遠のいていき、ある程度時間が経つと普段浮かばないような解決策やアイデアがふと頭に浮かんでくることが多いそうです。そのお話をお伺いして空を見上げることも同じように「自分をリセット」する行動なのかなと思いました。どうしても仕事ではPCやスマホなどの電子機器を使った作業やお客様・仕入先様などとの打ち合わせ・車での移動など「自然」に意識を持っていく時間がなかなかありません。前述したお客様のように一日のうち少しの時間でも自分の意識を回りの自然に向けて「自分のリセット」時間を作るようにすればもっと心に余裕をもって過ごせるようになるのではと感じました。と同時に実は普段から自然の景色を見ているのにそれを意識していないのはもったいないなあと思いました。仕事中に仕事以外に意識を向けるのは結構難しいことですが、気が乗らなかつたり調子が悪かつたりする時もあるはずですが、そんな時は少しオフィスの外に出て外の空気を吸って視線を上上げて空を眺めるだけでも気分が変わるかもしれませんね。

気が付けば今年も約2ヶ月強（!!）となりました。何かと慌ただしくなる年末が近づいてきております。心も体も良い状態で深まる秋をお過ごし下さい。

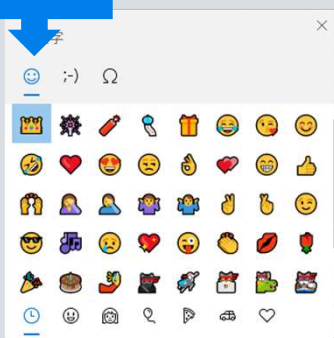
IT用語

知っておいて損はしない！かも・・・

■ Windows10で『絵文字キーボード』を表示する方法 ■

「Windows」キーを押しながら「.」（ピリオド）キーを押すと、絵文字キーボードが表示されます。「絵文字」、「顔文字」、「記号」を入力することが出来ます。

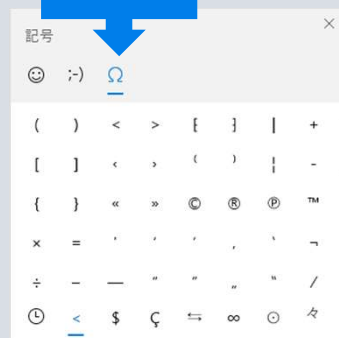
絵文字



顔文字



記号



弊社では、情報セキュリティ対策商品、UTM(統合脅威管理)等の取扱いをしております！
HPでも紹介しておりますのでぜひご覧頂ければと思います!!!
対策は早目にしましょう！

