鯉のぼりを飾る意味って？

子どもの日といえば鯉のぼり

こいのぼりを飾るのは、
中国の故事「登竜門」が由来とされています。

「登竜門」は、山奥にある流れの速い滝（竜門）を
登り切った「こい」が、龍（りゅう）になって天に上る話です。

そのため「こい」は**逆境や苦難を乗り越えて**
立身出世する縁起物として扱われています。

また「こい」が沼でも池でも生きられる強い生命力を
持っていることも理由のひとつです。

こいのぼりには「**立身出世**」と「**健康的で強く育つように**」
との2つの願いが込められています。

こいのぼりの先には「矢車」や「回転車」が付いています。
矢車は車輪のように丸く、輪の中央に向かって
何本もの矢が刺さっているような形です。

これには、**悪いものを払い、**
幸運を射止めるようにと願いが込められています。

ご家庭でも、鯉のぼりを飾ってみてはいかがでしょうか？

五月病について

やる気がなくなってしまう

五月病とは、学生・社会人にとって新年度となって
初めての連休を迎えたあとの5月くらいに見られる
「気分の落ち込み」や「体調不良」といった状態の総称です。

五月病は誰にでも起こり得る病気ですが、
次のような特徴がある人はなりやすと言われています。

- **環境の変化を伴うストレスに弱い人**
- **真面目で完璧主義な人**
- **責任感が強い人**
- **ストレスを抱え込んでしまう傾向にある人**

五月病を防ぐための予防は次の通りです。

- **最初から完璧にこなそうとしない**
- **栄養バランスが取れた食事を心がける**
- **睡眠の質を上げる**
- **適度な運動を習慣づける**

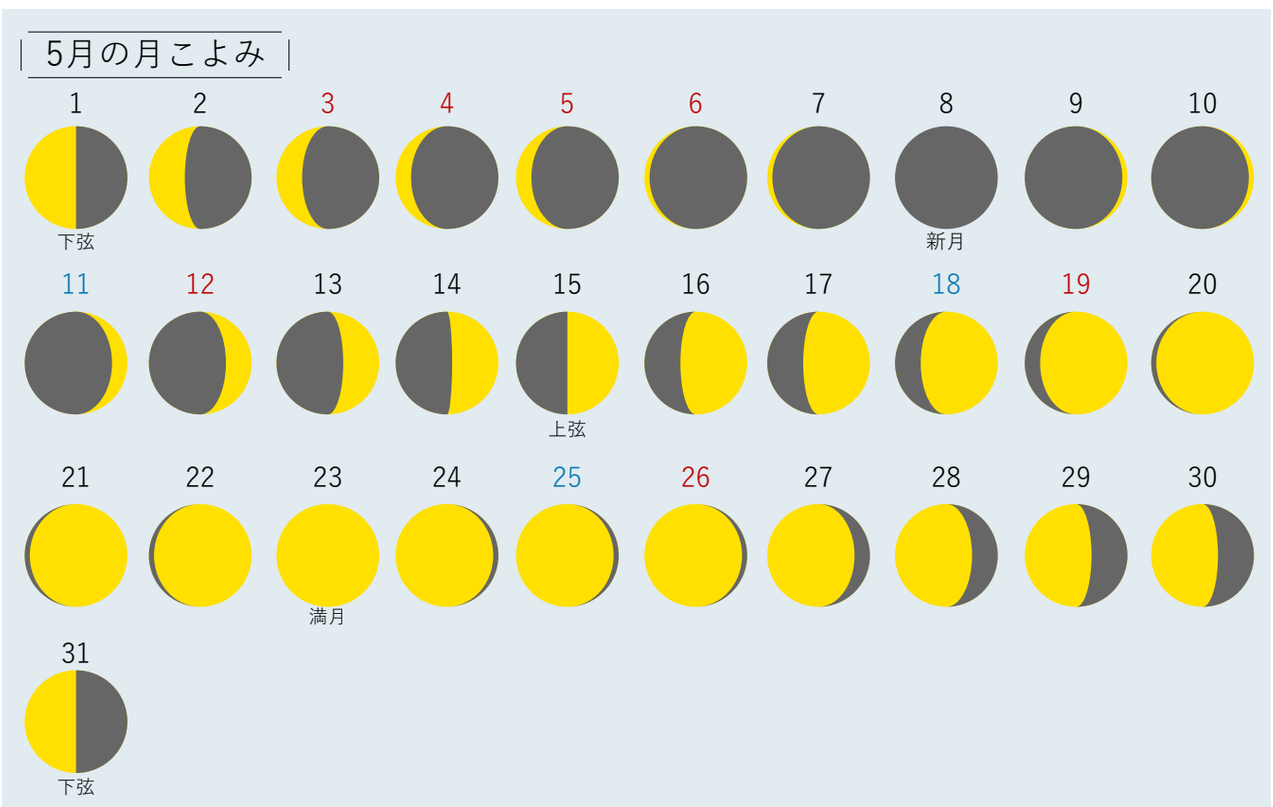
上記のセルフメンテナンスは、ストレス軽減に貢献します。

五月病の予防にもつながるため、
意識的に日常に取り入れましょう!!

カーテンのお掃除法

3ヶ月に1回行うのが良い！

(1)初めに**洗濯表記のラベルを必ず確認**する。
(2)ドレープカーテン及びレースカーテン
　⇒フックをつけたまま折りたたんで洗濯ネットに入れる。
　　※フックが外れてしまわないよう、
　　フック部分は2回程織り込むように畳んでください。

　バーチカルブラインド
　⇒バランスウェイトを取り外し、
　　約10枚ごとにルーバーに紐を通してまとめます。
　　そのまま丸めて洗濯ネットに入れます。
(3)洗濯機にかけます。
(4)カーテン及びルーバーをレールに戻し、乾かします。
(5)**バーチカルブラインドは、**
　最後にバランスウェイトを着けてください。

多少風のある日がおススメです。
ドレープカーテンとレースカーテンは分けて洗濯を!!
一緒に干すと乾くのに時間がかかり、
臭いの原因になります。