

カビ

梅雨時、最適な環境で大繁殖

高温多湿な日本の気候では、夏にかけてカビにとって最適な環境となります。

< カビの正体・・・ >

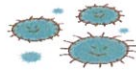
カビは微生物の一種「真菌」というグループに属する「糸状菌」で、キノコや酵母もこの仲間です。カビはどんな場所でも、温度・湿度・酸素・栄養(有機物)の条件が整えば、胞子が発芽して菌糸を伸ばし、菌糸体へと成長します。

梅雨～夏に要注意！カビが原因の「夏型肺炎」

近年、「夏型肺炎」が増えていると言われています。

「トリコスポロン」というカビの胞子が原因となる肺炎、アレルギーによる過敏性肺炎(=夏型過敏性肺炎)です。トリコスポロンは古い木や畳、カーペットなどで繁殖しやすいカビです。

湿度が高くて風通しが悪い場所、湿気がこもりやすい場所は要注意です。



美防新

令和2年
30号



免疫力を上げるためにも・・・食事は1日3食

人間は、食べて・遊び・仕事して寝るという1日の基本リズムがあります。

このリズムの中で、朝・昼・晩になると体のご飯を欲しがるようにできています。

それと3食だとご飯を食べた後、次のご飯を食べるまでに5～7時間あきます。食べたものが体の中で消化吸収されるのにちょうど良い時間なのです。これが1日に2食だとお腹がすきすぎて、いっぺんにたくさん食べて健康に良くないといわれています。



1日3食の始まりは500年ぐらい前の戦国武士の時代に入ってからといわれています。武士は戦に出るため夜明けと同時にご飯を食べました。当然、お昼までの時間がすごく長い・・・しかも歩いたり、走ったり、戦ったりと体を動かすからお腹がすいてしょうがないとお昼のお弁当が生まれたといわれています。

朝ご飯を食べない人の多くが、夜更かししたり、夜中にご飯を食べたりする人だといわれています。毎日の食事は生活習慣とすごくかかわりがあります。

朝ご飯を食べないと、脳の唯一のエネルギー源であるブドウ糖が足りなくなり、脳の働きが悪くなります。



屋上清掃・庭木害虫駆除・貯水槽清掃・グリストラップ清掃なども対応しております。

美作防疫コンサルタント有限公司
本社 / 岡山県津山市河面1168

TEL 0868-26-0975 FAX 0868-26-7511 MAIL mibo@go3.enjoy.ne.jp

