



キヨハラ通信

Kiyohara communication March

2017

3

春の音が聞こえてきました！
皆様元気にお過ごしですか？

🌸 3月3日 🐣 といえば！そう！「みみの日」です～「みみ～？」

耳掃除してますか？殆どの方が「はい」って答えるのではないのでしょうか？
一家に1つはあるであろう「耳かき」。耳かきがどんどん進化して
今や色々な種類の耳かきが売ってますよね？海外ではその名も「mimikaki」
こんなに「耳かき」にこだわりがあるのは日本だけなんだとか！（「」へえ
そんな私たち幼いころからの馴染み深い習慣である耳掃除が…今…!!!
耳を傷つける事になるかもしれない……なんて思いもしなかった～(ToT)

本来、耳垢は取らずとも自然と出てくるもので、
耳のふちを拭く程度で充分！耳かきでカリカリしたり、綿棒で
ゴシゴシすると、かえって耳垢が溜まったり感染を引き起こしたり
と危険を高めてしまうそうです。よし！耳を大切にするために、
耳掃除をし過ぎない！カリカリ、ゴシゴシしない！優しく！優しく！



🎵 クラシック聴いてますかー 🎵 3月31日はオーケストラの日 🎵

クラシックの効果が凄い！クラシックを聴くと脳からアルファ波が出るらしい。

アルファ波は深くリラックスした状態の時にしが出ないそうさ。(°-°)フムフム
緊張がほぐれ血行が良くなり身体も温まる。そうなる事で身体の不調が改善され
活気が出るそうさ！リラックスするため重要になるのが「1/fゆらぎ」。

「1/fゆらぎ」は、皆様ご存じですよ♪

クラシックの中でも、この「1/fゆらぎ」が多いのが

モーツァルトの曲だとか！！!(°-°)フムフム

さらに、高い癒し効果があるとされている「倍音」が
バランスよく入っているそうさ。(°-°)フムフム

「倍音」とは、基音の振動数の整数倍の振動数をもつ音。って、何か難しいですよ！
相性いい音って事のように。

CDショップ等で色々な癒し系とか並んで
ますよ！興味があったら眺めてみて下さい。
色々あって選ぶの大変かも！？

モーツァルトに限らず自分に合った曲を聴く
事が大切ですよ♪ d(^-^o)



住まい造りのパートナー Kiyohara building contractor

株式会社 **キヨハラ建業**

建設業許可番号：北海道知事（般-28）十第31号
〒089-0605
幕別町寿町88-4 TEL/54-2549

お問合せは通話無料のフリーダイヤルをご利用下さい

0120-80-2549

帯広スース

〒080-0012 帯広市西2条南9丁目20-1 NC加盟店

●大切な住まいの困った事や将来の事などなど、何かありましたらお気軽に問合せ下さい●