

まだまだ注意！残暑バテ・・・

9月に入ると夏休みも終わり、夏のようなイベントも一段落し、普段の日常がもどってきます。それなのに何だか調子が悪い。そんなことはありませんか？そういった人は、残暑バテを疑ってみましょう。

残暑っていつ？

残暑とは一般に8月8日の立秋から9月20日の秋分の日までの間の暑さのことを言います。

8月下旬くらいから夏の暑さが身体にたまって身体がだるくなりはじめます。生活のペースに身体がついてゆけず、極端に疲れやすくなります。残暑バテになるのは内臓機能の低下が一番の原因とされています。内臓機能の低下に繋がるのは、暑さで薄着している人やシャワーだけの人、冷たいものを大量に摂取する人、エアコンなどの冷房をよく使用する人です。これらが当てはまる人ほど残暑バテになりやすいです。

残暑バテはビタミンでスッキリ解消！

残暑バテ解消に効果的なものは、ビタミンです。ビタミンはエネルギーを作ることに欠かせない栄養素でビタミン不足は残暑バテの大敵なのです。ビタミンは色んな種類がありますが、残暑バテ対策には特にビタミンB1を含む食べ物(豚肉やニンニク、枝豆など)を食事に摂りいれるとよいでしょう。ビタミンB1は糖質を分解する酵素を助けてエネルギーに変えてくれます。ビタミンB1が不足すると疲れやすくなったり、身体がむくんだり、イライラしたりする原因にもなるので、残暑の時期には特に注意しましょう。

私たち富士屋ガラス店は



栃木SCを
応援しています



先日行いました
イベントの様です。



女性を紫外線から守る 美肌 ガラス
さらに進化したクールベール
〈クールベール・プレミアム〉
誕生

UVカット率
99%以上

気を付けて、雨の日の運転・・・

『ぬかるみ又は水たまりを通行するときは、泥除け器をつけ、又は徐行する等して、泥土、汚水等を飛散させて他人に迷惑を及ぼすことがないようにすること』(道路交通法71条1号)

実は、泥などを実際にかけてしまった場合だけでなく、泥などを人がいる方向に対して飛ばして、人に直接かからなかったとしても、その事実により歩行者などに迷惑を感じさせたような場合には、違反となる可能性がある所以要注意。違反者はなんと「5万円以下の罰金」！

こんな法令があるんです・・・

「道路交通法」は都道府県ごとに定められているルールもあります。たとえば、東京都では「木製サンダル」「げた」での運転を禁止、大阪では「げた」はもちろん「スリッパ」での運転を禁じています。また、岩手県では「和服」での運転を禁じています。

まだまだ皆さんが知らない法令があるかもしれませんね・・・



自動車ガラスには、安全を守る特殊加工がされています

自動車ガラスは、運転時の視界確保や飛石や飛来物などからの保護、または万一事故が起こったときにドライバーを怪我から守る工夫がされており、安全性と車内の快適性を重視して考えられています。

●合わせガラス

合わせガラスは、主にフロントガラスに用いられ、ガラスとガラスの間に柔軟で強靱な中間膜を挟み加熱接着したものです。万一事故が起こった場合、体がガラスにぶつかっても、その衝撃を中間層が緩和・吸収するため、強化ガラスより割れやすくできていて、安全性の高いガラスです。

●強化ガラス

強化ガラスは、主にサイド・リアガラスに用いられ、ガラスを700℃近くまで加熱し、空気で急冷することにより、表面に圧縮応力層(外部圧力応用力)を形成させたものです。強化ガラスは衝撃抵抗が通常の同じ厚さのガラスの3~5倍あり、急激な温度変化にも強く、170℃くらいまで耐えられます。

