

蚊の気になる季節です

蚊の一生

蚊は種類により吸血する時間が異なり、アカイエカは夕方から夜にかけて、ヒトスジシマカ(通称・ヤブ蚊)は朝から夕方にかけて吸血します。

また、浄化槽で発生して吸血するのがチカイエカです。地下などでも見かける蚊もこのチカイエカで、年中発生します。蚊のエネルギー減は糖分で、普段は花の蜜などを吸つて生活しています。メスだけが産卵の栄養源として吸血し、人が出す炭酸ガスや皮膚の匂い・温度を感じることで吸血源を探し求めます。

蚊の生態

(ヤブ蚊)は一般的な蚊です。

蚊は水のあるところに卵を産み付けますが、蚊の種類によって水のきれいな所を好み、汚い所を好み、汚い所を好むもの、汚い所を好み、立場所を好み、空き缶や秋分などのわずかな溜り水を好みなど多様です。

そのため、幼虫(ボウフラ)の生息場所も、池や下水溝、浄化槽、水田、古タイヤ、墓地の花壇、古タイヤなど様々です。ピットスジシマカ(ヤブ蚊)は、空き缶に溜まつたような少量の水で増殖できます。

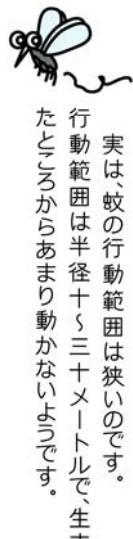


アカイエカは気温が25度~30度だとわずか10日ほどで卵から成虫になるので、条件が整えば爆発的に増えることがあります。



蚊を撃退

実は、蚊の行動範囲は狭いのです。
行動範囲は半径十~三十メートルで、生まれたところからあまり動かないようです。



蚊の幼虫のボウフラは、水中で成長し孵化します。
鉢植えや受け皿など水を捨てられない場所もあります。
そんな場所には「銅」を入れておくとボウフラの発生を抑制することができます。
銅は銅線などをお使いください。

蚊に刺されてしまったら

保冷剤など冷たいものを当てるなどで、蚊に刺されたかゆみをわすれられるといいます。脳は2つ以上の刺激が入ってくるとどちらを優先して感じるべきか優先順位をつけるのですが、身体を守る上では脳は「かゆさ」よりも「冷たさ」を優先するというのが理由です。



ゼロハンテープや絆創膏を貼るのも方法で、蚊に注入された毒液が空中の酸素から遮断されることでかゆみの進行がおさまるという科学的根拠もあるそうです。

脳を鍛える

1)、その日、一日の出来事を思い出す

寝る前、布団に入ったら、その日の朝から寝る前までにあった出来事を1つ1つ、思い出して言葉に出しましょう。ポイントは、頭の中で考えるのではなく言葉にして言うことです。

どん太くんのちょっといい話

2)、食べ物に頼らない

脳に良い食べ物はありませんが健康体でいるのが一番です。

3)、睡眠をしっかりとる

心地の良い眠りを得るには、リラックスした感情を作りましょう。

4)、ウォーキング

ウォーキングやストレッチは、脳に非常に良いとされています。激しい運動はだめですが、歩くや体を伸ばすなどはとても良い効果をもっています。

5)、初めてのことをする

初めてのことをするのは、使った事のない部分の脳を使うため、脳の様々な部分に刺激を与えることができます。

6)、人とのコミュニケーションを増やす

ラインやメールのような活字ではだめです。対面での「言葉によるコミュニケーション」を心掛けましょう。

7)、早起きをする

健康体に通じる部分があります。



発行/こおげ建設株
八頭郡八頭町宮谷200番地2
TEL (0858) 72-0029 FAX (0858) 73-0668
E-mail: info@koge.co.jp
<http://www.koge.co.jp>

Bo Foo Woo
Vol. 67
2014.6.28 Sat

人が家が 健康になる
健康空気 循環システム



高気密 高断熱
ファースの家

