

不思議な食虫植物

いやな虫をどんどん食べてもらいたいものですが、食虫植物は単に虫を食べてエネルギーを得ているわけではなく基本的には光合成をし成長します。

～ウツボカズラ～

袋のような形をした捕虫器は葉っぱで、中に溜まっている水やふたのような葉から甘い蜜を出し、虫を誘い込み、袋の中に落とします。袋の中に虫が落ちると消化液を分泌しゆっくりと消化吸収します。大きい種類のもはカエルなどを捕らえることができるそうです。



～ハエトリ草～

トゲの付いている二枚貝のような形の葉が特徴的です。葉の内側に6本の感覚毛がついていて、虫が触れると0.5秒の速さで閉じて捕まえます。センサーの感覚毛が反応すると電気信号として運動器官に伝わり、体内の水分が移動して動くしくみになっています。一週間程かけて虫の養分を吸収するとまた葉を開いて虫を待ちます。



生態系をゆるがす外来種「ツマアカスズメバチ」

長崎県の対馬で2012年頃に確認されました。アジア全域に生息しており、対馬には船舶などにまぎれて運ばれたものと思われます。お腹の先端が赤みを帯びた色をしています。非常に凶暴で、人間も攻撃してきます。ミツバチを主食としているため養蜂業や農業(ミツバチが受粉している種の野菜など)に影響をもたらしています。関西ではまだ生息は確認されていませんが、遅かれ早かれ日本全土に拡大する可能性は大きいようです。営業場所は数mの樹木の高所のため、駆除するにもとてもやっかいです。範囲が広がる前に何とか食い止めたいものです。



【出典：対馬の昆虫館】

くさ〜いカメムシにご用心!

この季節は、昆虫たちが冬越しをするために家の中に入ってくる季節でもあります。その中で一番気をつけたいといけななのがカメムシです。どこからか飛んできて家の外壁や日当たりのよい窓際付近などにじっとしています。窓を開けたらそのまま中に入ってきてしまいますので、ご注意ください。時には乾してある洗濯物や布団にとまることもあります。それを知らずに触ってしまうと、攻撃されると勘違いして悪臭を出します。そうすると洗濯物に悪臭がついてしまいます。その悪臭は二度と取れないというわさもあります。身近なものは、緑色のアオクサカメムシ、茶色のクサギカメムシなどですが、これらは特に「におい」のきついグループで、密閉したビンに入れると自分のにおいで死んでしまうほどです。

見つけたらあわてて振り落とさず、小枝や割り箸などをそっと近づけて、つかまらせて逃がしてあげましょう。



当社の昆虫博士の標本コレクションの中から普段見ることのない珍しい虫を紹介します!

【ハッチョウトンボ】



世界で一番小さいトンボです

体長 1.5cm～2.0cm

湿地に住んでいるトンボで、赤とんぼと同様に成熟するとオスは赤くなります。住むところが少なくなっていて、あまり見るができなくなった種類です。

健康に関する注目食材 **あまに 亜麻仁油**

「アマ」という植物の種から抽出した油です。えごま油や米油と並んで健康効果が期待できる食材として注目されています。うまく摂り入れていつまでも元気でいたいですね。

〈亜麻の花〉



代表的な栄養素は

α-リノレン酸(オメガ3)

- 美肌効果 ニキビや乾燥などの改善や肌の潤いを保つ効果
- ダイエット効果 血中の中性脂肪やコレステロール量を調整し体の代謝を促進させる
- 抗アレルギー効果 アレルギーの原因物質といわれるリノール酸の過剰摂取による影響を抑制する
- 抗うつ・ストレス緩和 自律神経を整えて心身ともに回復させる

リグナン(ポリフェノール的一种)

- エイジングケア効果 細胞を若く保つ効果(肌老化を防ぐ)
- 血行促進 血液をサラサラにする作用があり動脈硬化や血栓の予防・改善します

食物繊維

腸内環境の改善と便秘の改善



[理想的な摂り方] スプーン大さじ1杯が目安です

熱が加わると酸化してしまい効果が減少しますので、熱い食べ物との組み合わせは避けましょう。クセがないのでどんな味にも合わせやすいです。特にサラダのドレッシングがおすすめです。



人間に必要な必須脂肪酸 (油に含まれる栄養素で体の細胞やホルモンをつくる栄養素)



意識して摂りたい「オメガ3」
(α-リノレン酸・EPA・DHA)
亜麻仁油、ナッツ、青魚

過剰摂取に注意「オメガ6」
(リノール酸)
サラダ油、マヨネーズ

体内でもつくれる「オメガ9」
(オレイン酸)
オリーブオイル、ごま油

※健康に良い食材ですが「油」なので摂り過ぎには注意して下さい。

地域の「ハザードマップ」を見たことがありますか？

みなさんの住んでいる地域の自治体から全戸へ配布されています。最近では東北の洪水被害に驚かれた方も多くと思います。昨今、異常気象とも言える天候がもたらす災害が増えており、自治体も防災に対する危機意識が高まり、様々な対策を始めています。

「ハザードマップ」は万が一、川が氾濫した際の浸水の範囲や地下道、交番、学校等の避難場所が掲載されています。ご自宅だけでなく、普段利用する交通機関や勤務先、学校のある場所も確認しておくとうれしいですね。お手元になれば市役所でもらえます。今一度、ご家族で確認してみてください。



近くの川が氾濫した際の浸水予測が地図上に色で示されています

空気が乾燥しています！ インフルエンザやノロウイルスの予防に手洗い・うがいを心がけましょう。



お客様の声をお聞かせ下さい！

お家の害虫駆除、耐震、リフォーム、防犯対策などでお知りになりたいこと、お困りのことはありませんか？
また「ほのぼの通信」のご感想やご意見などありましたらハガキ(切手不要)にご記入の上お送り下さい！



【発行】「やっぱり我が家が一番」を応援します！

株式会社 **ハウズドクター**

大阪府茨木市沢良宜浜 2-17-14

0120-364-644 072-634-4412

HP <http://www.housedoctor.co.jp>



虫でお困りの時は当社へご相談下さい！

毛虫・ムカデ・ゴキブリ・ダニ・ハチ・セアカゴケグモ・クイムシ・カメムシなどあらゆる害虫に対応いたします