



冷涼招待状

～草木も薫り始めるこの季節 いかがお過ごしですか～

皆さんこんにちは。今回特集記事の一つを頂きました新入りのシバです。宜しくお願いします。

さて、7月になりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？

今回はいかにお金をかけずに涼しく夏を乗り切るかについて考えてみようと思います。

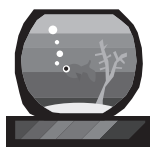
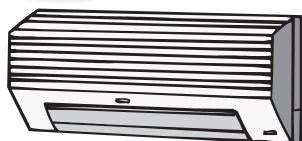
・道具で涼む。

夏を涼しく過ごすにはクーラーという方法もありますが、「電気代」と「健康への配慮」からそれは最終手段とします。まずはうちわや扇子、扇風機が考えられます(ちなみに扇風機の電気代はエアコンの約1/75です)。また、小物では風鈴、衣類では浴衣や草履・サンダル等も良いでしょう。くれぐれもクーラーをガンガンに効かせた部屋で布団にくるまってぬくぬくと…みたいな真似はしないように。環境にもよろしくないです。

クーラー代に関する考察

クーラーを1日に4時間使用したとしましょう。すると、1日のクーラー代約150円。150円もあれば、昼ごはんのグレードを一段階上げられるんじゃないですか？

クーラー代を無駄遣いするくらいなら、涼しい図書館に入り浸って本を読んだりする方が良いでしょう。



心头滅却すれば…

暑いものは暑い！
でも…心なし涼しくなりたい、という貴方に！

風鈴。いかにも涼しそうです。

うちわに扇子。手首が痛くなっても気にしない。

浴衣。浴衣美人を見ればきっと涼しく？(逆?)

サンダルに下駄。下駄は…強者だね。

風流な夏

昔ながらの涼み方

夕方には風鈴の音を聞きながら、涼しい風にあたって夕涼みをする。窓を開けてすだれをかけ、風通しを良くする。雨水や風呂の残り湯等を用いた打ち水をする。名古屋は果たして静かで空気のきれいな所なのでしょうか!?



・水で涼む。

水道代は気になる所ですがそこはご容赦を。

まずはプールや川に行く等も考えられますが、平日は難しい方も多いでしょう。

手軽な所で水シャワーなどは如何でしょう？

足先にやや冷ためのぬるま湯をかけて、慣れてきたら温度を下げて全身に広げていきます。

手早くやれば5分もしないで終わるか。また、この方法は(夏)風邪予防にも効果があります。

手間を惜しまなければ打ち水という手もありますが、名大内でやるのはキツイですね。広いし。

意外な涼み方として、熱いお茶を飲むのも良いでしょう。

「? ……、できるか——！」とか言わないでくださいね。実は、発汗を促して涼む方法なのです。

