

OLIVE TIMES



Vol.2



岡崎聖書バプテスト教会
広報誌 オリーブタイムス
2016年8月号

咲いている花を見ていると、あ
ることに気がつきました。花の種
類によって咲き方に違いがあるの
です。百日草の花は一度咲くと、



教会前の百日草

植物の不思議
教会の前に、初夏の頃から咲き
始める百日草（ジニア）の花が、
たくさん咲いています。花に水を
やったり、雑草を抜いたりしてい
ると、時折、声をかけてくださる
方がおられ、とても嬉しく思いま
す。きれいな花には、見る人の心
をなごませる不思議な力がありま
すね。文字通り会話に花が咲き、
ついつい話し込んでしまいます。



サルスベリヒユ



花を閉じた状態

枯れるまで開きっぱなしになりま
す。ところが、隅っこの方に咲い
ているサルスベリヒユ（ポーチュ
ラカ）は、夕方になって辺りが暗
くなってくると、一旦花を閉じて、
つぼみの状態に戻ります。雨や
曇りの日も同様に花を閉じます。
しかし、日が昇って、明るくな
ると、再び花が開くのです。
花を咲かせるということは、そ
の植物にとって、大きな負担とな
るそうです。サルスベリヒユは、
周りの状況にあわせて花を閉じる
ことによって、無駄なエネルギー
を使わないようにしているのだ
でしょうね。何とも省エネ。植物つ
て、とても不思議です。

くらしの アイデア idea



塩分補給の落とし穴
梅雨の季節も終わり、毎日暑い日が
続いていますね。こんな時に気をつけ
なければならぬのは熱中症です。熱
中症を防ぐための対策として、水分補
給と塩分補給の話をよく聞きます。し
かし、塩分の補給には、意外な落とし
穴があるため、注意が必要です。
厚生労働省によりますと、一日の塩
分摂取量の目安は、成人男性で8g未
満、成人女性で7g未満だそうです。
しかし、日本人は平均11〜12gもの
塩分を摂取しているとのこと。です
から、日常生活で多少汗をかいたからと
いって、その度に塩分を摂ると、かえっ
て摂り過ぎになってしまうのです。
塩分補給が必要となるのは、長時間、
外で激しいスポーツをしたり、力仕事
などをしたりして、玉のような汗をか
いた時になります。塩分を摂り過ぎる
と高血圧になり、脳卒中、心臓病、腎
臓病といった病を招きます。暑い季節
だからこそ、注意したいものです。

OKAZAKIGRAM

岡崎市内の風景をパチリっ！



神橋



開く前のハスの花



伊賀八幡；ハス池



岡崎聖書バプテスト教会

OKAZAKI BIBLE BAPTIST CHURCH

～あなたの街のあなたの教会～

<http://okazakibbc.org>

〒444-0918

愛知県岡崎市日名中町12-7

電話：0564-26-1432

email：info@okazakibbc.org

インスタグラム：okazakibbc

牧師：疋田 健次（ひきた けんじ）

