



夏の暑さと香りについて

暑い夏を迎えました。温暖化の影響を受けてか、年々暑さが厳しくなっているように感じます。クールビズの期間を長く設けている企業も増えていますね。屋外で働く方や、人と接する仕事の方は、汗対策も工夫されていることでしょうか。多くの制汗剤やデオドラント製品を目にするのもこの季節。今回は、臭いや香りについてご紹介します。



「におい」「かおり」の表現

匂い…良いにおい ほのかな香り
臭い…悪臭 不快なにおい
香り…美しい雰囲気 花の香り 香水 いい香り
薫 …香草の香り 漂ってくる良い香り

「におい」「かおり」の活用

アロマ（自然香油）として活用すれば、リラックスしたりリフレッシュできる効果も。自分にあったアロマ探しを楽しんでみるのもいいですね。



香りはまわりとの調和を大切に

「スメルハラスメント」という言葉をご存知ですか。におい（スメル）によって人を不快にすること。体から出る臭いだけでなく、お気に入りの制汗剤や日常使う柔軟剤なども、まわりの方にとって不快になれば、スメルハラスメントになる恐れがあります。特に患者さまにとっては、普段は気にならないニオイも、体調がすぐれない時には敏感に感じ取ることもあります。また気温が高い時期は、臭いを強く感じやすくなると言われているため、予防やケアが必要です。普段から肌を清潔に保ち、香りのつけすぎには気をつけましょう。

毎日のケアとマナー

- 【制汗】制汗剤などで汗の発生を抑えること。汗臭は予防が大切ですが、汗腺にある汗孔がふさがれた状態は体温調節機能に影響を与えることもあるので、使いすぎに気を付けましょう。
- 【ふき取り】汗は皮膚に残った雑菌で臭います。原因となる皮脂や塩分などもふき取りたいため、乾いたハンカチやより濡れタオルがお勧め。デオドラントシートなどを有効に活用しましょう。
- 【生活習慣】日頃からお酒やたばこを控えたり、運動をしたり、生活習慣を見直した身体ケアを取り入れましょう。

汗をかく量を減らせる効果で注目が集まっている「日傘」
男性も取り入れたい夏のアイテムですね



SNS始めました！



<https://www.nakakita-manner.com/>

マナーインストラクター部HP開設しました。ぜひご覧ください。

次回は10月発行予定です お楽しみに♪