

JP通信



釧路って、四季を通してとても過ごしやすいと健康なのかも！

花粉の少ない街・釧路で『避粉地』PR！

本州では冬に花粉がメジャーですが、北海道の春はハシロギ、イチイ、そして代表的な風媒花・シラカバ花粉などが飛散します。以前はイネ科の花粉症が多かったようですが、近年はシラカバの花粉症が多い傾向にあるようです。シラカバ花粉症の中には、バラ科果物（リンゴ・モモ・サクランボなど）を食べると口の中が痒くなる『果物過敏症』が発生する事があるのも特徴です。3月頃から気温の影響を受け始め、道内では例年4月中旬頃から下旬頃に飛散が始まり、釧路市は5月頃をピークに飛散しますが、その量は微量で『花粉が少ないこと、涼しさや魅力的な自然、食』を前面に押し

出し、長期滞在者増加のPRとしていきます。また、免疫力を高めるビタミンDの生成に必要な日照時間の長さ、同じくビタミンDが含まれる魚が豊富に獲れる事もポイントとしているそう。とあるサイトの『避粉地おすすらんキング』では、釧路は沖繩に次いで2位で紹介されていますよ！とはいえ、花粉予防はマスクや眼鏡で。心配な方は早期治療が有効なので、専門医の受診をご検討されると良いでしょう！

シラカバ花粉症の方は、対策が必要です！



湿原自体が国の天然記念物

圧倒的スケール！日本最大の釧路湿原
釧路湿原は、約2万年前の氷河期頃までは陸地でした。その後海水が入り込み、海になりました。そして6千年～4千年前頃には海水が引き、土砂や泥炭などがたまって湿原の形成が始まったそうです。湿地はひどくぬかるんだ土地で、人も馬もあまり近寄りたくない場所だったからなのか、氷河期時代の生き残りと言われている『ハナタネツケバナ』は、今から40年程前に発見されたそうです。氷河期時代からの生き残りなのに、割と最近の事なんです。その花を間近で見られるのは、日本では道東の湿原だけだそうですよ！釧路湿原は、多くの水を溜め込む事で、空気よりも暖まりにくく冷めにくい性質があり、急激な気候の変化を和らげる働きをしているそうです。多量の雨が降っても、湿原はスポンジのように水を溜め、一気に放出されずに、ゆっくりと下流に流れていく事から『自然が育んだ水面の見えないダム』とも言われています。自然の遊水地として、釧路市街を洪水から守り、水質を浄化する役割などがあり、そこに生息する多種多様な動植物と共に、将来にわたって、深く理解しながら保全していく事がとても重要な場所となっています。



物価高騰に立ち向かう！

近年、世界的な異常気象や紛争等により、食料品や日用品をはじめ、電気・ガスといったエネルギーに至るまで、様々な物価が上昇しています。いつ収束するかわからない現状、生活を守るためには支出を見直したり、収入を増やすため副業を選択したり、他には『貯蓄から投資へ』つまり、蓄えているお金を投資商品に回す方法もありま

す。今年従来からのNIS Aから『新NIS A』として制度が改正され、年間投資枠や期間、非課税



溢れる情報から正しい知識を！

で運用できる金額が増えました。日本はアメリカなどと比較すると、資産に占める現金や預金の割合が高く、有価証券の割合は低いそう。しかし近年は、NIS AやiDeCoが広まりつつあり、証券会社の新規口座開設数が急増しているそうです。投資のメリットは、貯蓄より効率よく資産を増やせる可能性があり、インフレにも対応しやすくなる点。ただしデメリットとして損失が出る可能性も。しっかり正しい知識を持って長期的に取り組むことが大切です。

【保護猫かふえ にゃにゃはち2】『就労継続支援B型事業所ななはち』が委託運営する保護猫たちと触れ合えるネコカフェです。営業時間は10：00～17：00まで。完全予約制で一度の入室は5名様まで。ご予約・ご利用料金等詳細は0154-35-1812までお問合せください※留守電の場合は名前と連絡先を残してください。折返しご連絡いたします。★釧路市千代ノ浦2-6
<https://www.yawaragi-co.com/nyanyahachi>

