

「五月病」とは何だろう?

この時期になるとなんだか**五月病**というワードをよく聞きますよね。

なんかすこし気分が落ちてきたな~と思ったらすぐに「五月病かな?」と疑ってしまいます。
じゃあその五月病ってなに?

日本においては、新年度の4月には入学や就職、異動、一人暮らしなど新しい環境への期待があり、やる気があるものの、その環境に適應できないでいると人によってはうつ病に似た症状がしばしば5月のゴールデンウィーク明け頃から起こることが多いためこの名称がある。医学的な診断名としては、「適應障害」あるいは「うつ病」と診断される。 Wikipediaより

日本では4月から新年度ということで**新しい環境**に入ることが多い。
そこで上手く**環境に馴染めなかつたり、環境に馴染もうとがんばったりして、**
1ヶ月間奮闘した結果、5月初めにこのような状態になりやすいみたいです。
たしかに初めはいろいろと大変ですもんね。
ちなみに「**五月病**」という病名はありません。
医師からは「うつ病」や「適應障害」という病名で診断されることが多いみたいです。



斜め掛けが可能な室内干しロープが登場! [STOK laundry]

STOK laundry (ストック ランドリー) は、レールに本体を引っ掛けて使用する室内物干しロープです。
洗面脱衣所などの狭小スペースで有効利用できるよう、斜め掛けが可能で、取り外しが簡単なデザインにしました。洗濯機まわりに設置すれば、取り出した洗濯物をちょっと掛けておいて、干す準備作業も効率的に行えます。
またレールは、本体を取り外すことで、ハンガーやタオルなどが掛けやすいデザインになっています。

●狭い空間のための、適切な機能とサイズ

空間をシンプルにするため、可能な限り、モノは小さく、使用しないときは存在感をなくせるようなデザインを目指しました。
STOK laundry は手のひらサイズで、特殊な内部機構により、ワンタッチで取り外しとロープの巻取りが同時にでき、スペースを無駄なく効率的に利用できます。

●せまいを、活かす

限られた空間では、デッドスペースや空いている場所を有効活用することは大変重要です。

STOK laundry は狭い空間を最大限利用できるよう、角掛けや斜め掛けの使用*が想定されたデザインになっています。

●ムダなく、より機能的に

効率的でより魅力的なデザインを提供するためには、STOK laundry を外すと壁に残るレールにも、それ以外の意味を持たせることが必要でした。使用しないときは、余ったハンガーやタオルなどを自然に掛けられるようデザインし、レールにもうひとつの機能を持たせました。

●手にも、空間にも、なじむ

取り外しができるので、手にしたときは心地よく、置いていてもインテリアの雰囲気を壊さない自然な姿が最適だと考えました。
そのために、単に角を丸くするのではなく、石鹸のようなやさしい姿をイメージし、継ぎ目のないデザインや、さわ心地など質感にまでこだわりました。



建築用語 ニッチ 壁に凹状に作られる飾り棚のこと。

五月病の原因

原因としては「**ストレス**」です。

4月から新しい環境になり、いろいろと新しい刺激が自分のもとにやってきます。

新しい人との出会いであったり、生活の変化であったり、通勤・通学の場所の変化であったり。

そうゆう新しいものがドバツとやってきたときに、人はなんとかその環境の変化に適應しようとするのですが、それはとても**ストレス**になるようです。

人は基本的に「**自分らしくいられる**」と**ストレス**は感じません。

自然体で、ありのままに居られることが一番**ノンストレス**なんですね。

しかし新しい環境ではそうはいきません。最初から自分らしさ全開で自然体でいられる人ならいいのですが、なかなかそんなメンタルの人はいませんよね。相手がどんな人なのか探ったり自分のポジションを探したりもすると思います。そんなのが1ヶ月も続くと5月始めのGWあたり「**連休**」というお休み処がやってきたところでプツンと気持ちが切れて無気力になる。今までの精神的疲れがどっと出てくる。という原理で五月病になるようです。

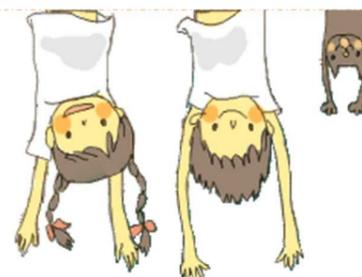
身体に表れやすい主な症状

- ・不眠・疲労・めまい
- ・胃の痛み・食欲不振
- ・動悸・やる気が出ない
- ・息苦しさ・人と関わるのが億劫

対策・対処法

対処法としては**ストレスの発散と解消**。

こまめに**ストレス**を発散していれば、自分の中に溜まることも未然に防げます。ガス抜きのようなイメージ。運動をしたり、よく寝たり、旅行に行ったり読書や音楽鑑賞を楽しんでみたり、時には一日中ダラダラしてみたり…
ストレスを発散して、症状がでる前に防いでいきましょう。



鼻毛カッター



手で回すだけで使える鼻毛カッター。出掛け先などいざという時に使えそう。

まくら干し



枕を汚すことなく干せる。これは便利!

暮らしを楽しく 家事が楽しくなる100均グッズ

虫除けリング シリコン



蚊にくわれやすい人にオススメ。歩いていても虫が来ない。使用後は袋に入れれば、効果は1か月ほど。100円なので夏の分の大量購入が可能。色も豊富。ファッション感覚で身に付けられる。

新幹線乾電池



新幹線電池、すごくハイパワーな電池に見える

コラボふりかけ



カラムーチョ味にベヤング味...いったいどんな味なのが気になる。ドンタコスやスコーン味もあります。



季節のお手入れ
この季節は湿度が低いいため、壁紙のはがれや塗装のはがれがありましたら直すのに良い時期です。

電話・FAX・メールにてお気軽に資料請求してください(^-^)

「STOK laundry」

FAXの送付はお名前とご住所記入の上、このままFAXしてください。

お名前
ご住所