

その1 服装干エック!

そな 備えがあれば 森がもっと好きになる

～森で安全に遊ぶための服装干エック!～

自然の中は小さな危険がいっぱい。遊びに行くときにはちょっとした準備をするだけで、多くの危険をさげられるし、ずっと快適に森の時間を楽しめます。

出かける前に、森で過ごすための服装を干エックしてみましょう!

黒より白

スズメバチやダニは黒っぽい服装に寄ってきます。顔面だとハチは黒い眼玉を攻撃することも。それを逆手にとって、白っぽい服装が効果的です。

長そで 長ズボンで のびのび遊ぼう

肌を出さない服ならひっかき傷もできにくい。下着は綿より乾きの早い化繊素材がおすすめです。しっかり身を守ると、気持ちよく遊べますよ。



帽子と手ぬぐいで ガード

頭を守るため帽子は必ずかぶりましょう。虫よけだけではなく、熱射病や目の負担も防いでくれます。もちろん色は白っぽい色や明るい色を。ダニのいそうな場所では、白い手ぬぐいを首筋に巻くと効果的です。遊びの内容によっては手袋も忘れずに。

食べる前に...



食べる前は寄生虫の予防に流水でしっかり手を洗いましょう。水がなければ、除菌ティッシュを使って清潔を保ちましょう。

アブナイとコワイは少し違うかもしれない。コワイと思う気持ちは大事だけれど、おやみに恐れず、何がアブナイのか、分かることも大事。動物たちも、人を傷つけたくて襲ってはきません。彼らも必死なのです。相手を知れば、森は楽しく、安全にもなります。

