

怎样渡过炎热的夏天

在炎热的夏天里,你有过身体不适的经历吗?

被称为「日本太阳」的宫崎, 夏天炎热。为了避过这炎热的夏天, 日本很早以前就有很多避暑的技巧。在此向大家介绍一下。

1、泼水

夏天我们经常可以看到, 傍晚在自家门前院后往地上泼水的情景。这就是一种降温方法。由于水的蒸发可以降低地面和周围的温度。同时地面的湿润可以阻止温度的上升。这种方法只有在傍晚才有效。是一种不使用电的自然取凉方法。

2、扇子

被称为「日本太阳」的宫崎还有一种取凉技巧, 那就是人们常说的「扇子」, 「扇子」是用手扇风取凉的一种工具。传统式的扇子是用纸或布粘在竹子上做成的。也有很多用朔料做的。这种朔料扇子经常在节日时免费发给过路的行人。小型的折叠扇子更为方便。最近经常可以看到拿着小型手提式风扇或挂在脖子上的过路行人。

3、风铃

风铃是同佛教文化一同传到日本的, 原来它只是一个除魔的工具。现在风铃作为夏天的象征, 被日本人所爱戴。一般放在家门前, 微风吹过, 它轻轻的摆动会发出叮当叮当清脆悦耳的声音, 让人感觉到凉爽。

它的种类有金属和陶器等, 也有玻璃制品。玻璃制品的特征是声音比较清脆悦耳。看上去也有一种清爽之意。看到这里在气氛上已经有了凉快的感觉。

夏天室内经常用空调, 由于室内外温度之差, 造成人们身体不快。夏天里, 恢复身体健康的食品就是「鳗鱼」。吃鳗鱼饭会使你增强免疫力和体力, 渡过炎热的夏天。

关于本项目的咨询, 意见, 要求:(财)宫崎县国际交流协会

电话:0985-32-8457 传真: 0985-32-8512 邮件: miyainfo@mif.or.jp