

花の効用

皆様、花はお好きですか？

実は花には、人や環境に多くのプラスの影響をもたらすことが確認されています。

花のリラックス効果

花を見ると、精神の安定状態を表すα波が増えます。

『造園雑誌 53 (5)』1990

花のストレス軽減効果

植物のある風景は、
ストレスの解消を促進します。

『生活空間における花と緑の効用・機能に関する調査報告書』1996

花の身体への嬉しい効果

植物で視覚疲労が回復します。

また、植物には空気をきれいにしたり、冬場の湿度の調整機能が認められています。

朝日新聞 1982. 9. 19, 『花と緑の効用について』全国花き振興協議会 HP

「しずおか」ならではの！花の効用

バラの産出額全国第2位の静岡県！！バラには鎮静効果があるので、
バラのある暮らしは私たちが穏やかな日常へ導いてくれます。

また、女性はフローラル系の香り、

男性はシトラス系の香りでストレスが緩和されます。

静岡の花と柑橘でストレスに立ち向かいましょう！！

『生活空間における花と緑の効用・機能に関する調査報告書』1996 『aromatopia 1996No.2 VOL.5』別刷



＼SNSで情報発信中／



ふじのくに
花の都
しずおか

ふじのくに花の都しずおか推進協議会
(事務局：静岡県 農芸振興課)
電話 054-221-2679