くらしのすまいりんぐ

地球と人に優しい家づくり・くらしづくりの情報広場

2020 年 1 月 1 日発行

発行責任者：猪野工務店
〒781-8008
高知市潮新町 1 丁目 14-9

今月の話

1. 今月の話題　～十二支　子（ねずみ）～
2. 時事ネタ　～少子化について考える～
3. 建築知識　～札幌の屋内空気質～
4. 旬を食べる　～あんこう～
5. 身体を整える　～足元を温める～
6. 辛口コラム　～アパレル産業の持続可能化～

今月の話題　十二支　～子（ねずみ）～

「はじまり・繁栄の年」「大黒天の使い」

中国、漢の時代から始まったと言われる十干十二支。日本では十干の方はあまり使われていませんが、十二支は年賀状とともに根付いています。十二支のトップバッター“ねずみ”。その昔、神様が正月に神様の元へ誰が一番早く着くかのレースを行い、余裕を持って出発した牛の背中に乗り、ゴール直前で牛から素早くおりて一番になったためとも言われています。

作：岩崎京子　教育画劇　出版

① 「子」という漢字の由来

もともと、「子」は植物の種の中で生命が生まれ始めるという意味で、新しい物事や運気のサイクルが始まるとされています。動物の“ねずみ”が当てられたようになったのは後のことです。

② 大黒天（だいこくてん）大国主神（おおくにぬしのかみ）の使いである鼠

大黒天は北方の神、子（ネ）の方位は北をあらわすこと、大黒天をスサノオノミコトから救ったことなどから大黒天、大国主神の使いは“ねずみ”とされています。参考ですが、大黒天と大国主神はもともと別の神様ですが、両者“だいこく”と読めるので、“だいこくさま”として一緒にされていることが多いようです。

「子」の年は、繁栄のはじまり、動き出す年という意味です。これまでに準備してきたことが動き出す年になると良いですね！

時事ネタ　～少子化について考える～

少子化について、間もなく 50 歳になる部長の K さん、30 代のスタッフ M さん、T さんで少子化について話しあってみました。

T さん　ねずみって子どもを沢山産むから、爆発的に数が増えるっていうけど、日本の人口減少はもう止まらないみたいで、本当に不安だわ。

M さん　そうね。女性は一般的に 49 歳までが出産できると言われているそうだけど、今年は 49 歳までの人口と 50 歳以上の人口が逆転して、50 歳以上の人の方が多くなるそうですよ。

K さん　僕ら夫婦は、もう 50 歳以上の組に間もなく入るけど、歳を重ねるのが重荷としてみられるは残念だなあ。でも本当のことなんだろうな。僕はもう老後の準備に必死だな。

T さん　老後に対する不安と子育ては絶対に関係ありますよね。お金に不安がない人が子どもを沢山産むわけではないのは分かってるけど、自分と自分の子の将来への不安から、出産を控えてひる人もいるはずです。

M さん　そうだよね。幼児教育無償化必要なことだと思いますよね。ただお金だけの問題じゃなくて、保育される子の環境、保育士の環境など、本質的な改善がともなっていないのがとても残念です。

T さん　幼児期間で子育て期間が終わるわけではないし、親の介護も必要になってくるかもしれないし、不安はつきません。

K さん　同窓会で聞いたんだけど、親の介護のために会社辞めたっていう人もいたねえ。子どものための時間確保だけじゃなくて、親のことも考えないといけなくなるんだね。

M さん　仕事もそうですよ。やりがいはあるけど、忙しすぎると、なんか気持ちに渋みや苦みを感じてるんですよ。部長は「早く帰ったら」と言うけど、帰れないから困っているんですよ。働き方改革という言葉もいいと思うけど、今ひとつ自分にはひびかないし、むしろジタハラ(時短ハラスメント)って言いたくなります。

K さん　ジタハラについては深く反省しています。この忙しさが一過性なのか、根本的なものか見極めるのに時間をかけ過ぎた感があります。本当に申し訳ないです。ただ、仕組みやルールでも作業を減らせると思うので、今年はそこから手を付けようと思います。

T さん　夫婦の家事分担の意識が日本の男は低すぎるのも大問題です。うちのだんなはまだやっている方だと思うけど、彼の周りではそれが“いい夫”のように評価されていて、また調子にのるのが腹立ちます。世界的にみたら当たり前なのに、これも残念なことです。

K さん　夫婦間、会社など身近なところで家庭にゆとりがもてるよう対応しなくてはいけないし、選挙では VISION のありそうな人に投票しないといけませんね。それから家づくりに関わる我々としては、少なくとも住む人の安心安全を考えて取り組まないといけないです。

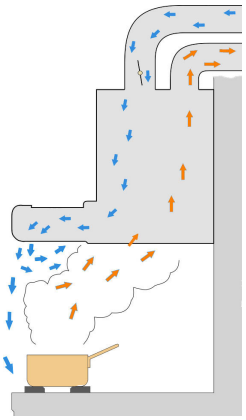
T さん　そりゃそうです。若いから子ども作れと言って作るもんじゃなくて、より多くの人が、安心して子を授かりたい気持ちになるような社会になっていかないといけないですね。

建築知識　～札幌の屋内空気質～

日本では今や工場からの大規模な大気汚染は減り、繁忙な道路の側など特に大気汚染のひどい場所を除き、屋内の大気は屋外の大気より汚れています。屋内で仕事をする方はもちろんのこと、屋外で仕事をする人でも一日の約半分は屋内で生活するのでこれは問題です。

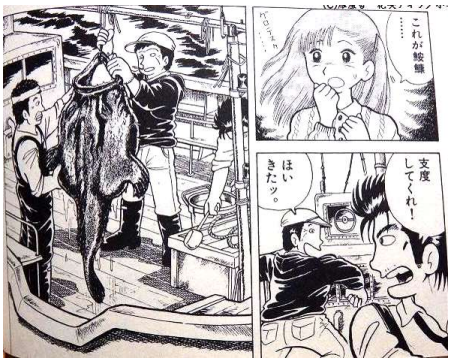
屋内空気の汚染は、家具などから発生するホルムアルデヒドなどの VOC（揮発性有機化合物）やファンヒーターなど燃焼暖房機の排気は分かり易いですが、調理による排気の危険性を指摘する研究者もいます。調理中に食品を加熱したとき CO2 や水蒸気や僅かながら一酸化炭素が発生するほか、肉などの焼ける匂いとともに発がん性のある PAHs という有機化合物が生成されると言うのです。匂いは化学生成物ですから。

札幌の住宅の空気質調査によれば、紫外線によって生じるオゾンは夏も冬も外気には同じようにあるのですが、屋内空気をみると冬に少なくなります。これは冬閉め切って部屋の換気が適正になされていないことを示しています。同様に、夏のほうが屋内で多く発生するはずの VOC 類も冬のほうが多かった。これも換気欠如です。気密性が高まる住宅ですが、換気装置がない家が殆ど、新しい家で装備されていても正しく使われていない家が多いのです。家族の健康を守るため再点検しましょう。調理排気をきちんと排気する同時給排気型の台所換気扇は稀にしかありません。お宅の換気扇が同時給排気でなかったら運転するときは近くの窓を少し開けましょう。



旬を食べる　～あんこう～

あんこうは水温が低く身が締まり、春先の産卵時期にむけて肝が肥大化する 12~2 月が旬の食材です。身は脂質が少なく淡泊ですが、ビタミン B 群が含まれ疲労回復、貧血等に効果ありとされています。一方、あん肝は脂質たっぷり高カロリーで、ビタミン A（レチノール）、D が豊富に含まれ、暗順応や老化防止に効果あると言われています。



原作：雁屋哲、作画：花咲アキラ
「美味しんぼ」より

伊那市山寺　八幡寿司

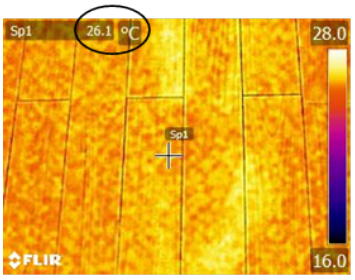
あんこうは、まんが「美味しんぼ」第一巻で登場し、主人公の山岡氏が究極のメニュー担当に抜擢される決め手になった素材です。

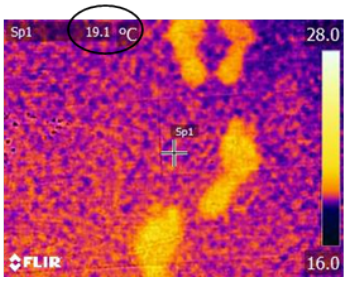
冬にあんこうを食べるなら、やっぱり鍋が一番！味噌仕立てでも醤油仕立てでも良いですが、肝を溶いて食べると最高です。身を煮すぎると縮むので注意と言われたこともありますが、それはそれで味が沁みて美味だと思います。

身体を整える　～足元を温める～

寒さが寿命を縮めるという認識が徐々にひろまりつつありますが、足元の暖かさが重要です。「足元が寒い群」は「そうでない群」に比べて、「1.5 倍も高血圧で治療を受ける可能性が高くなる」と慶応大学の伊香賀教授は指摘しており、温かい家と比べて寒い家に住む人は総コレステロール値が 2.6 倍、悪玉コレステロール値が 1.6 倍も高くなるそうです。

既に温かい家に住んでいる場合は良いのですが、そうでない方は、まず冷気が落ちやすい窓にカーテンが床につくくらい長いものにする、エアコンやファンヒーターの暖気が天井にたまる場合はサーキュレーターで空気を攪拌する、くるぶしまである室内履きを使うなど、足元が冷えないようにすることが重要です。





26℃と 19℃の床を素足で歩いたところをサーモグラフで撮影。26℃の方は熱の足跡が残りませんが、19℃の方は歩くと冷たさを感じ、熱の足跡も残ります。

辛口 コラム　～アパレル産業の持続可能化～

ロンドンでファッションショーが開かれたとき、その外では ZARA やユニクロなどファストファッションの真のコストを世に人に気付いてもらおうという抗議集会が開かれていました。（何かと言うとすぐ街頭で抗議活動をするのは西洋のとても良い気風だと思います。）ファストファッションのお陰で人々は気楽にファッションを手に入れるようになった反面、今や世界では毎年８百億もの衣料が生産され短期間着用後に捨てられます。

アパレル業界は世界最悪の地球汚染産業で石油と農作物を大量消費します。衣料品の半分は綿が使われていますが、２万 ℓ の水を使って綿 1kg、これで T シャツとジーパン各 1 しかできません。

これにあるスウェーデンの会社が挑戦して成果を上げています。アメリカなどから金具類を取り除いて送られてきデニムが細かく砕かれ、糸など綿以外の繊維を除去され、次いで塩素を使わない薬剤で色を抜き洗浄しパルプ状になり、これから糸を紡ぎ布に再生されます。これから更に数回再生を繰り返すことができます。この布は 2014 年にファッションショーで紹介され、それから 4 年で年間 7 千トン生産の工場になっています。という事は、この動きが世界に広がろうという事を意味します。この会社にはご存じの H&M も投資しており、近々H&M の店頭にこの繊維でできた商品が並ぶことになります。

こうして地球を守ろうという動きが着々と実行に移されてゆくのはさすがに地球温暖化と騒ぐ欧州だけあります。

BBC より
ジーンズから再生したコットン
興味のある方は　renewcell.com で検索