

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

2014年7月1日発行
NO.0001
発行者：(株)文化舎東毛
〒376-0101
みどり市大間々町大間々258-1
☎0277-73-4850

今月の話

1. 今月の話題 ～ピーナッツの中にある「翁」～
2. 建築知識
3. お湯沸かしを考える①
4. 気軽にガーデニング コンパニオンプランツ
5. 旬の食材とレシピ アスパラガス
6. 辛口コラム
7. 世界の椅子 ～



今月の話題 ～ピーナッツの中にある「翁」～

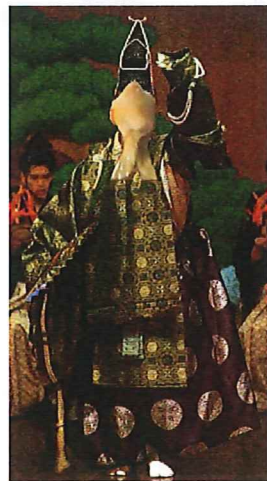
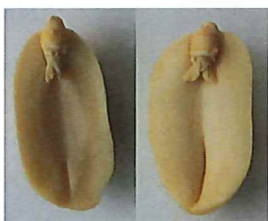
落花生（ピーナッツ）を2つに割ると一方にあごひげを蓄えた「翁」が現れます。

昔の子供は「どっちにお爺さんがいるか」と当てっこをして遊んだのですが、今は忘れ去られてしまいました。写真がそのお爺さんですから今度気を付けて見てください。なんとなく能の翁に似ています。

落花生の種を蒔くとき、このお爺さんの頭を下にして逆立ちにし、7月中旬くらいまでに上端に5-10mmほど土が被るように埋めます。観察用に、保水力があり水はけの良い土を入れた小さな苗ポットに蒔きますが、いろいろするほど一向に芽が出てきませんので忍耐力を求められます。温度は高めが良いようで7月中旬までは蒔いても良いでしょう。

そのうちに豆が土が持ち上げ始めいよいよ発芽です。落花生が2つに割れ隙間から芽が出る様子が見えるのですが、それがなんと、お爺さんの髭がそのままの形で少しずつ成長しながら緑色を帯びて葉になります。このときやっとお爺さんの髭が複雑なギザギザの形状だった理由がわかり何とも感動的です。

葉が一人前に育ったら畑に植えます。直径50cmくらいに広がるのでそのまま10-11月の収穫を楽しみに待ちましょう。



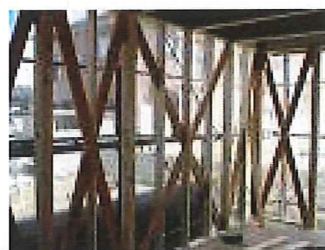
栽培した人の特権！
まだ熱れない柔らかくないうちに
枝豆のように茹でて食べるのも
美味しいですよ！



建築知識 ～地震と住宅～

日本は世界でも珍しい地震地帯に乗っている国です。当然、古来から地震に強い家を立てて来たかと思うのですが、そうでもなく、大地震で被害をこうむってきました。明治になって「関東大震災」で大被害を出した後「市街地建築物法」改正が行われ、福井大地震の2年後に「建築基準法」が制定されます。これが新潟沖地震（64年）、十勝沖地震（65年）で改正され、ついに宮城県沖地震（78年）に至って大幅な基準法改正が81年になされます。これを「新耐震基準」と呼び、大地震による建物の倒壊を防ぐとともに、屋内の人間が守られることにも重点が置かれました。

地震のとき壁が変形するのを防ぐ「筋交い」



はそれ以前の2倍必要になり、住宅の基礎は割れないように鉄筋を入れることが決められるなど、一挙に住

宅の耐震性が高められました。その後、阪神淡路大震災、鳥取西部地震で更に補強され、日本の木造住宅はきわめて安全性の高いものになっています。

2011年の東日本大震災は震源のマグニチュードが9と未曾有、宮城県栗原市では震度7を記録、ちなみに震度は7が最大です。倒壊した住宅も少なからずあったのですが、特に「新耐震」以後の建物では倒壊は殆どなかったそう



です。新耐震以前の建物でもそれほど倒壊が多かった訳でもないようです。だから耐震補強は不要だと言うつもりはありませんが、

ところが、実は地盤の悪いところに建てた建物が被害を受けたようで、これはまた別の機会に話題にしましょう。

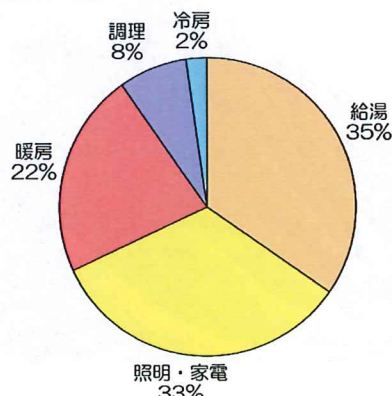
お湯沸かしを考える①

ご存知でしたか？

家庭が1年間に消費するエネルギー（全国平均）のなんと1/3もお湯沸かし（給湯）に使われます。

どうしても電気でしかできない照明・家電が約1/3、のこりの1/3が暖房、調理、冷房です。

不快な夏を乗り切るために使用する冷房ですが、使用する期間は短いので、1年間で考えるとたったの2%なんですね。熱中症の危険のあるときは、ためらわず冷房したほうが良さそうです。もちろん照



明も必要がなければ消したり、LEDを使用したりすると電気代を節約できます。

じゃあ、1/3を占める給湯はどうしたらいいのでしょうか？

ガスにしたらいいの、灯油にしたらいいの？

熱源ひとつをとっても答えはひとつではありません。

熱源のコストの比較、機器の比較、太陽熱を使ったら？といろいろな側面から考えて

もっとも効率的な熱源の組合せが重要と考えます。

電気の力だけに頼る生活には大きな落とし穴があるかも・・・



気軽にガーデニング 御存知ですか？コンパニオンプランツ

家庭菜園では、できるだけ農薬を使わずにおいしい野菜を作りたいですね。

そこで「コンパニオン・プランツ」を紹介します。

コンパニオンプランツとは、一緒に育てることでお互いに影響を与え合う組み合わせのことです。

友好的な植物をそばに植えることで、成長を促進したり、病害虫を最小限にすることが可能です。

但し、互いに生育が悪くなるなど相性の悪い植物もあるので注意が必要です。



ほんの一例

コンパニオンプランツ	主な効果と効用
オレガノ かぼちゃ きゅうり	オレガノはつる性の野菜と相性がよく風味も良くなります
カモミール たまねぎ キャベツ	カモミールは「植物のお医者さん」とも言われ、弱った植物のそばに植えると元気を取り戻します。
タイム キャベツ いちご野菜全般	防虫効果があり、有害となる飛翔昆虫を呼びつけません。
バジル トマト、モモ	害虫から守り、生育を促進させ風味を良くする

7月の旬の食材と簡単レシピ ～アスパラガス～

原産国は地中海東部で江戸時代に日本にもたらされたそうです。ただし食用となったのは明治時代。それまでは観賞用だったとか。

いまでは北は北海道から南は九州まで、広く栽培されています。

アスパラガスから発見された血行をよくするアスパラギン酸は有名ですが、他にもビタミンA、Bや葉酸も豊富で美肌や疲労回復にも効果が期待できます。

☆アスパラ&ベーコンの Pasta ☆

1. アスパラガスをさっと茹でてななめ切り
 2. 熱したフライパンにオリーブオイルとバターを溶かし、1とベーコンを入れ、塩胡椒で炒める
 3. 茹でたスパゲッティと2を合わせ、しょうゆ（塩麹でもOK）を加えて味を調える
- お好みで黒胡椒、レモン汁をしぼってください



辛口 コラム スマホを使わないと時代遅れ？

昨今は電車に乗っている人から、道を歩いている人、果ては自転車に乗っている人までみんなスマホ（スマートフォン）の画面を覗き込んでいて、歩行中や自転車に至っては危険で近所迷惑です。この勢いでは、今に世の中の携帯電話はすべてスマホに変わって、取り残されてしまうのではないかと携帯電話ファンの私などは不安になってしまいます。

スマホは、通話の機能に加え携帯電話の回線を使ってインターネットに接続する機能を併せ持たせたものですが、電車などで使っている人のを覗いてみると、殆どがゲーム、「ライン」などを使った交信、メールのやり取りと言ったところで、自分も是非やりたいとは思えませんし、歩きながらまでしなくてはな

らないとも思えません。家や会社へ戻って、あるいは公衆無線LANの使えるところでパソコンをインターネット接続すればより使いやすいし、わざわざ毎月高額の支払いをしなくても済むのです。

販売店は、当然スマホを薦めるのですが、2013年の携帯電話出荷量4千万台弱のうち、4分の1強の1千万台は昔ながらの携帯電話が売られています。増えてはいますが以前からの携帯を使っている人も多いので、2014年3月でもスマホは未だ総契約数の半数には達していません（MM総研）。

未だスマホをお使いでない皆さん、全然あせることはありませんので、私と一緒に安価に携帯電話を使い続けましょう。

～世界の椅子～



北欧家具を代表するハンス・J・ウェグナーがデザインした「CH24 Yチェア」です。背を支える支柱がYの字であることから、その名が付けられました。

ゆったりした座面の奥行きと背から肘まで緩やかに回り込むようなラインの肘掛けが特徴で、優しいすわり心地で食卓など様々な場面でくつろぎの空間を作ります。

また、木材が6種類、仕上げに7種類と豊富なバリエーションがあるのも特徴で、インテリアを選ばないため、1950年に発売以降、全世界で50万脚以上売れた大ベストセラー。

リプロダクト版は2万円台から手に入ります。

素材：ビーチ、オークなど 座面：ペーパーコード

