

# 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

2017年5月1日発行  
NO.0035  
発行責任者：(有)文化舎東毛  
〒376-0101  
みどり市大間々町大間々1190-4  
☎0277-73-4850

## 今月の話

1. 今月の話題 ～捨てるなら寄付しよう！～
2. 建築知識 ～日本の暖房の歴史～
3. 失敗しない家づくりの5つの法則①
4. 旬の食材 ～はちみつ～
5. 日本語の話 ～汚名挽回～
6. 辛口コラム ～森友学園問題～



## 今月の話題 ～捨てるなら寄付しよう！～

新しい環境に慣れて、断捨離を予定されている方も多いのではないのでしょうか？

中古品、古くなったモノでも使って頂けます！ 例えば...

- ほとんど使っていないメモ帳
- 景品でもらった趣味の合わないポーチ
- 引き出物などで頂いた毛布やタオルケット
- 誰も遊ばなくなった「かるた」や「パズル」
- 6年間お世話になったランドセル
- 削る鉛筆がなくなった、鉛筆削り
- 見るものがなくなった幼児教育用DVD
- コレクションしていた香水
- 賞味期限まで2か月以上あるけれど食べる予定のない食品
- 懐かしのテレホンカード などなど



これらを全部「寄付」してみませんか？

国内外の子どもたちに使ってもらうために物品を送る場所があります。

イチ押しが「ワールドギフト」です。上記の物品以外にも使用可能な電化製品も寄付の対象になっていて、発達途上国や障がい児支援施設などの福祉施設などに寄付をする窓口を行っています。

他にも、「NGO リサイクル環境組合」や「セカンドライフ」が幅広く寄付を募集しているようです。

ホームページなどを参照し、趣旨に賛同できる団体を選んでください。

もちろん、寄付をする物品は

自分が使ってもいいと思える状態のものが大前提！ です

## 建築知識 ～日本の暖房の歴史～

暖かくなると少し前までの寒さをケロッと忘れてしまうものですが、寒さが健康に及ぼす悪影響は夏の暑さの比ではありません。その頼みの綱、「暖房」ですが、日本では暖房の歴史が非常に浅く世界的には最低クラス、70歳近辺以上の人なら経験があるのですが、どこの家でも「火鉢」「こたつ」「囲炉裏」がせいぜいで、家は隙間だらけで風が吹けばガラス戸がガタガタと鳴りながら厚着をして火鉢で手を温めて暖を採っていたのです。これは「暖房」(部屋を暖める事)ではなく「採暖」に過ぎません。「暖房」の真似事は、戦後になって中近東から世界中に大量に石油が出回り、日本でも石油・ガストーブが普及して始まりました。これらは火鉢と比べると格段に火力が強いので、それまでは出来なかった「部屋を暖める」ことが可能になったのです。部屋のなかではオーバーなど厚着をせずに過ごせるようになりファンヒーターやエアコンも加わって今日に至っていますが、部屋に排気ガスを放散するファンヒーターは東北地方ですら未だ多用されていま

す。ところが近年は国からも建て主からも住宅の断熱要求が急速に高まって来ました。それは住宅の全室24時間暖房への入り口で、日本の家が欧米並みに冬の間に家中に寒さの無い家になり始めたことを意味します。

そこでこれから家を建て、改修する方々にご注意。この急速な変化に気付かずにお金を掛けると5年10年の後にとんでもない後悔をする事になります。アマテールソーラー協会工務店が各地で開催する勉強会にはこんな大切な意味があるのです。



## 失敗しない家づくりの5つの法則①

家を建てるにあたり、本当に住み心地のいい家とは何だと思いませんか。そこに住む家族によってライフスタイルや生活パターンがあります。あなたの家族にとって快適な住まいを探してみましょう。

そこで、家づくりで失敗しない5つの法則を紹介したいと思います。

まず一つ目は、家族のふれあいを大切に！ ～間取りで失敗しない家づくりの法則～ です。

### 居間を家族みんなが集まる空間にする

居間を家族がふれあえる、集う場所にするためには、居間に多くの生活要素を持ち込むことです。そのためには、居間を広くする必要があります。また、子供部屋に孤立させないためにも居間に生活要素を持ち込むことは重要です。一家団欒を実現し、犯罪を減らすためにも個室に籠るのではなく家族中心の生活へと見直してみましょう。

そして、帰宅して家族と顔を合わせられるようにするため、1階を開放された空間にし、1階と2階とのつながりの為に吹き抜けをつくり、家族がつながる間取りになります。





## 旬のものを食べる ～はちみつ～

はちみつは長期保存が可能ですが、蜜の原料である主な花の季節の4月から5月が旬になります。天然のサプリメントと言われる「はちみつ」は、食用はもちろん、用いた化粧品などもあり、さまざまな用途・効能があります。毎日の生活に取り入れてみませんか？

☆「はちみつ」はやっぱりすごかった！☆

### アンチエイジング

抗酸化働きがあり、老化現象を引き起こす活性酸素を減らします

### 疲労回復効果

主成分のブドウ糖は体への吸収が早くエネルギー変換も効率よくされるので、素早く体力を回復させる効果があります

### 二日酔いの予防・解消

お酒を飲む前、飲んだあとに、はちみつを入れたお湯を飲むと、はちみつに含まれる果糖が肝臓内のアルコール分解を助け、血中のアルコール濃度を下げ効果をもっています

### 口内炎治療

殺菌作用と抗菌作用があり、患部に直接塗布したり、うがいでも効果あり。殺菌作用で口臭予防にも効果があります

### 便秘の解消

グルコン酸が善玉菌を増やして腸内環境を整えます

### 動脈硬化予防

血管を拡張させて血圧を下げる働きと、血管壁の悪玉コレステロールの沈着を防いでくれる働きがあります



☆はちみつの保管方法☆

冷暗所で保管をしても、アカシア以外の天然はちみつは、白く固まってしまうことがあります。

その原因は

- 気温が14℃以下になった場合
- 長期保存をした場合
- 保管場所の気温差が生じた場合 　　です。



でも、味も品質も変わりません。凝固すると使いにくい、といった場合は、50～60℃の湯で湯せんをすると元の状態にもどります。

湯せんは面倒！ カチカチはいや！ という方は「冷凍庫」保存がおすすめです☆

はちみつの凍結温度は-25℃なので、カチカチに凍らず、凝固もせず、硬めの水あめ程度になります。使う分を別容器に移して常温に戻せば、元の状態になりますよ。

※はちみつにはボツリヌス菌（毒素型の食中毒菌）が含まれている危険性があるので、乳児には食べさせないでください！

## 日本語の話 ～汚名挽回～

正しくは「汚名返上」、「名誉挽回」。「汚名挽回」＝汚名を取り戻してどうするんだよ、と突っ込まれ、誤用の代表格として紹介されていました。しかし、2年ぐらい前に国語辞典編集員のI氏がツイッターで「汚名挽回は誤用ではない」と言ったのが物議をかもし、関心を持ちました。

I氏の主張は、「以前には誤用という意識がなく、誤解の余地もなかった。しかしある時（1970年代）から誤用説が言われた。なるほど独特な語法ではあるが、合理的な解釈はできる。ならばあえて誤用とするまでもない。」ということでした。文法的な詳しい説明は省きますが、要は「挽回」は元に戻す意味があるため、「汚名を着たが、汚名のない状態に戻す」と解釈できるということでした。

そして現在では、三省堂国語辞典（七版）に「誤用ではない」とはっきり書かれています。従って、「汚名挽回は誤用」は間違いという結論です。

「汚名挽回」という言葉に限らず、風潮を鵜呑みにして「それは間違っている」と断じるには根拠をちゃんと知っておかないといけないという教訓ですね。

先のI氏は、別の場で『どんなことばでも「自分に違和感のあることばは使わない」自由は、誰にもあります。』と述べていて、これに当欄執筆者も全面的に賛同。と同時に『そのことを人に押し付けない』とも。当方もそうありたいと思っています。

## 辛口コラム ～森友学園問題～

森友学園に国有地が異常に安く払い下げされた問題が拡がり安倍首相から森友学園への寄付だとか国会証人喚問とか騒がれましたが、バカ騒ぎに紛れて事の本質が何処かへ消えてしまうことが心配です。

1) 国会証人に呼んで質問しても忘れた、身に覚えはないと言われれば致し方無いことは以前から分かっているのに、疑りもせず真相解明と騒ぐのは国会議員の見栄と自己顕示欲に過ぎません。真相解明に動くべきは検察ですが、為政者の権力におもねる彼等は、雪崩事故には動いても、東電の原発事故に動かなかったのと同様に全く動く気がなさそうです。国のあらゆる機関は政府の為ではなく国民の為にあるのです。

2) 首相や公用旅券を持つ首相夫人が、過去に軍国日本の礎となった教育勅語を幼稚園児に唱えさせるような団体と関わりあって良いのか。もしドイツの首相がナチス再興を目指す復古的

団体に名を連ねたら、全ヨーロッパが抗議集会の嵐に襲われ国民の手で政権はたちどころに消えることは疑いありません。余りにも無関心な日本人、危険です。

3) これが欧米なら新聞テレビなどのメディアが書き立て、調査力を発揮して政府や官僚が隠す情報を国民の目の前に出そうとします。それこそが民主主義を守るメディアの最も重要な仕事だからです。残念ながら日本のメディアはその役割を放棄し中国や北朝鮮のように政府広報になっています。精神を失ったメディアを悲しむとともに国を憂います。

