

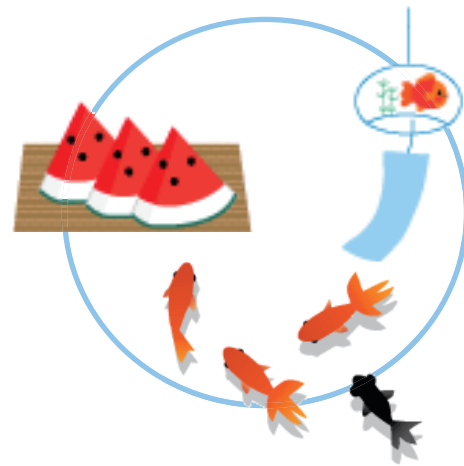
くらしのすまいりんぐ

地球と人に優しい家づくり・くらしづくりの情報広場

2019 年 7 月 1 日発行
NO.0061
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 ～甘酒は夏のもの？～
2. 建築知識 ～地球温暖化は遠い話か～
3. 気軽に園芸 ～マリーゴールドで線虫対策
4. リフォームと建て替えどちらがお得？
5. エアコンの冷房と除湿
6. 辛口コラム ～はしか 続編～



今月の話題 ～甘酒は夏のもの？～



Hamatti さんによる AC からの写真

体が暖まる冬の飲み物というイメージの甘酒ですが、俳句の季語は“夏”！松尾芭蕉や与謝野蕪村の俳句にも夏の季語として甘酒が登場しています。江戸時代には甘酒は夏のものだったんですね。

所説あるようですが、正月にお寺で甘酒がふるまわれることが増えたり、夏に甘酒を飲んだ人がお腹をこわすことがあり、昭和初期に徐々に冬の甘酒が主流になっていったと言われています。

一方、『近年は夏場の存在感も高まった。疲労回復の効果があるとされるため、猛暑による夏バテや熱中症の対策として注目。メーカー各社は、冷やして飲む甘酒など夏向けにも力を入れる。ある大手は「夏場と冬場の売上高が同程度になった」（担当者）というほどだ。』（朝日新聞 DIGITAL 版 19/2/18 より）というように、江戸時代のように、甘酒は夏のものという違和感がなくなりつつあるようです。



その甘酒ですが、米を麹で発酵させてつくる米麹甘酒と酒粕を水に溶かして砂糖で調整する酒粕甘酒の 2 種類があります。健康食品として話題になっているのは米麹甘酒です。米麹甘酒の甘味は、米の澱粉を麹が分解してできた糖質で、ブドウ糖だけでなく腸内細菌の餌になるオリゴ糖も含まれているので、優しい甘みになります。米麹甘酒は酒とはいうものの、アルコールは含まれていません。一方、酒粕甘酒にはアルコールが含まれていることがありますのでご注意ください。

この記事を書いているうちに、しょうが汁を少ししぼった冷たい甘酒が飲みたくなってきました。炊飯器で甘酒を作ることもできるようなので、この夏は作ってみようと思います。またクックパッドでも冷やして楽しむ甘酒レシピは多数紹介されています。皆さんもチャレンジしてみましょう！

建築知識 ～地球温暖化は遠い話か？～

気候変動に強い警鐘を鳴らし続ける BBC 放送は、近年の世界的な異常事態を頻繁に映像で報道しています。

この 4 月イランの大洪水で死者数 10 人、オーストラリアの 2 月はモンスーン時期で雨は多いのですが今年の雨は例外的で、長雨は 19 世紀からの記録を破りました。そのくせ昨夏は大干ばつ、50℃の猛暑で山火事多発。アメリカの 3 月は竜巻シーズンですが今年は猛烈で死者 23 人、これは昨年の総被害者数の 2 倍です。1 月には極過（ポーラー・ボルテックス）と呼ばれる北極から流れる大寒波でシカゴの街では－50℃、洗ったシーズを投げると空中でカチカチ。1 月にアフリカ南部を巨大化した台風が襲い 700 人超の死者を出し、さらにその後コレラが蔓延。国連は南半球で過去最大の天災と宣言。ヨーロッパの一月は過去最も寒い冬を経験し、90 年ぶりの大雪も。ヨーロッパでは学生を中心に、温暖化対策の

促進を訴えて壮大なデモが行われています。

遠い国の話ばかりではなく、日本でも昨年 7 月の記録的大雨で 200 人以上の死者を出したのは記憶に新しいし、今年 5 月の記録的な暑さはまともではありませんでした。こうした過激な気候は私達も身をもって感じますが、実際に、近年の風水害被害による火災保険会社の支払いが急増したもようで、遠からず火災保険料が相当値上がりする可能性が出てきました。

日本ではさほど騒がれない地球温暖化ですが、こうして身近なところにも影響します。



オーストラリア ABC 放送インドネシアの洪水

気軽に園芸 ～マリーゴールドで線虫対策～

線虫は土の中ならどこにもいるものですが、連作などにより土のバランスが崩れたりすると、野菜に被害を与えます。

農薬を使った駆除ではなく、野菜の根元にマリーゴールドを植えるだけという方法があります。マリーゴールドが根から、線虫に効果がある物質を分泌し、農薬では届きにくい表土から 40 cm くらい深いところの線虫までいなくなるためダイコンのような根野菜にも効果があり、また 1 回植えると 2～3 年は線虫被害が減るそうです。

また、大きくなってじゃまになってきたら、緑肥として土に漉き込んでしまうのも効果的です。



ゆりかもめねこさんによる写真 ACからの写真

本州の温暖な地域であれば 4～5 月の春まきと、7 月の夏まきで育ちます。寒いところでしたら 6 月まきが良いようです。

成長力旺盛なので、茎を挿し木にして増やすこともできるので、できるだけ薬を使わない家庭菜園にはとても強い見方です。

リフォームと建て替えどちらがお得？

経年劣化や家族構成の変化によって、マイホームの改修が必要になった。そんな時に頭を悩ませるのが、「リフォーム or 建て替え」の選択だと思います。双方の特徴を比較し、どちらが、ご自身にとって“お得な選択”なのか考えてみましょう。

■リフォームと建て替えの違いとは？

リフォームの定義

既存の基礎部分は残して、部分的に改築、修繕、増築などを行い、新築同様の状態に戻すことを指します。水廻りや、屋根・外壁のみといった部分リフォームや、目に見えるものをすべて新しくするフルリフォームなど、その改修範囲はさまざま。また最近人気を集めている、マンション内部をすべて解体撤去してコンクリート剥き出しの状態にしてから、新しく内部を造り直す「リノベーション」もリフォームの一種とされることもあるようです。

建て替えの定義

既存の住宅を、基礎部分から取り壊して、新たにゼロから住宅を建築することを指します。実はすべての住宅が建て替え可能ではなく、「建築基準法で定められた幅員(幅)4m以上の道路に2m以上接した土地でなければ、原則として建て替えができない」など、さまざまな制約がありますので、ご自身の住宅が「再建築不可物件」か否かのチェックを最初に行うようにしましょう。

■リフォームと建て替え 特徴比較

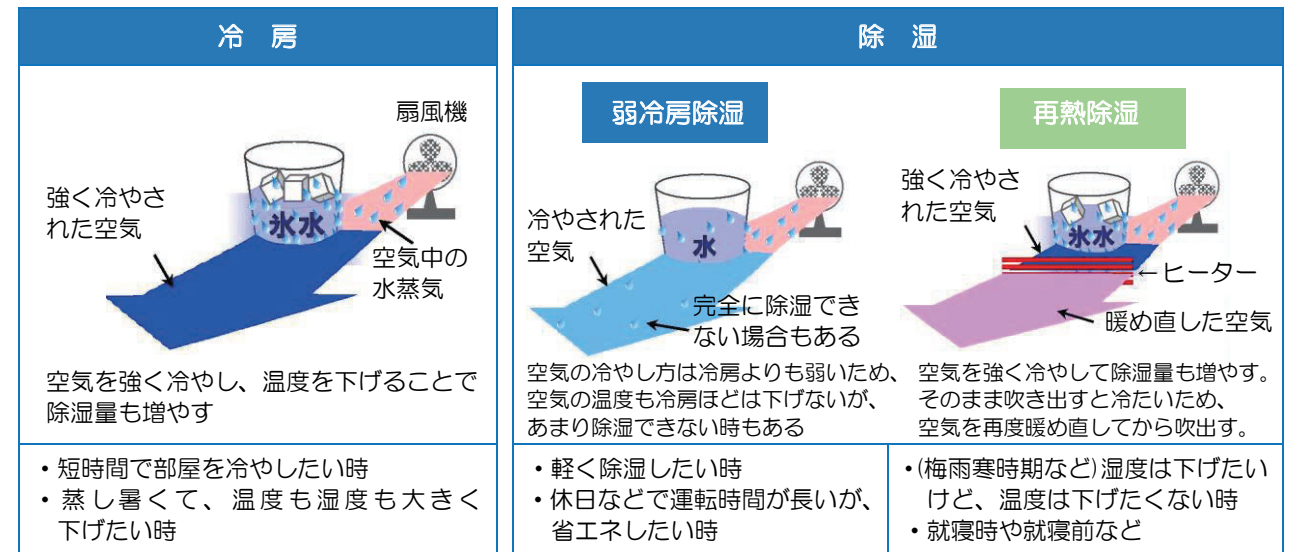


	リフォーム	建て替え
工事の前提	既存の住宅の活かせる部分を活かしながら、改修していく	既存の住宅をすべて解体してゼロから自由に設計していく
費用相場	約 300～2000 万円 (内容によって異なる)	約 1000～4000 万円 (内容によって異なる)
改修費用以外の諸経費	基本はなし	解体費、破棄費、建て替え期間の仮住まい費用+引越し費用
検討目安の築年数	部分リフォーム（特に水廻りや屋根・外壁）は築 10～20 年、大規模リフォームは築 20～30 年が目安	築 30 年以上が目安
間取り	一部制約あり	自由に設計可能
工期	約 1 か月～3 か月	約 4～6 か月
メリット	●コスト面がお得 ●工期が短い ●必要な部分のみの改修（数年おきの改修）が可能 ●各種税金（不動産取得税、固定資産税、都市計画税、登録免許税など）の軽減が可能	●間取りや設備などの不満をほぼ解決できる ●リフォームよりも比較的簡単に、多額のローンを組める
デメリット	●理想を実現する場合、追加費用が必要となる場合も ●劣化が激しい場合、補修費用がそれなりにかかる ●建て替えに比べ自由度が少ない	●コストが割高になりやすい ●工期が長い ●各種税金（不動産取得税、固定資産税、都市計画税、登録免許税など）がかかる ●法律によって、建て替え不可能な場合がある

★【POINT】コスパならリフォーム、自由度＆長期的視点なら建て替え

エアコンの冷房と除湿

梅雨時に 6 割以上の家庭がエアコンを「除湿(ドライ)運転」し、その多くが、「冷房よりも除湿だけの方が電気代が安い」、と考えているそうです。ところが、エアコンの機種によっては冷房よりも除湿運転のほうが電気代が高くなり、節電にもならないことがあります。エアコンの機能を理解し、「冷房」と「除湿」を使い分けましょう。



辛口コラム ～はしか 続編～

国連は今年、世界のあらゆる地域ではしかの「明らかな拡大」があると発表しました。WHOによれば今年の春の世界も発生報告は前年同期の 4 倍とか。はしかは感染力が強く、肺や脳に深刻な問題を起こすこともあります、ワクチン接種で完全に予防できます。

しかし免疫の取得率は、流行防止に必要な 95%に対して 85%に留まります。前号を読むと日本も決して安全とは言えません。はしかが急に問題になったのはウィルスが変異強化したのではなく、もっぱら人間側の問題、“ワクチンの不徹底”です。不徹底の原因は貧困と誤信の 2 つです。貧しい国では、半年で 8 百人もの死者を出したマダガスカルのようにワクチン接種が行き届かず多くの人が取り残されます。

高い接種率と思える豊かな国でも急増が見られます。イタリアではワクチン接種を受けていない 6 歳以下の子供の登校を禁止しました。

日本人が先進国と信じる米国も問題国です。米国の接種率は思想的、宗教的な理由で着実に低下、またワクチンが自閉症を引き起こすという怪情報を信じる反ワクチン主義者も多くなります。4 月、トランプ大統領ははしかの全国的増加に直面しワクチン接種をしようと訴えましたが、そのトランプ氏は大統領選挙戦で、反ワクチン運動家たちと何度も会合し、ワクチンが自閉症の拡大を引き起こすと発言しています。

有名な UCLA やカリフォルニア州立大学ではワクチン接種履歴のない学生たちを隔離することにしました。これが世界的なはしか問題です。



www.bbc.com/news/health-47157020