

# くらしのすまいるぐ

地球と人に優しい家づくり・くらしづくりの情報広場

2021年10月吉日発行  
NO.0088  
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～杉浦佳子さん おめでとうございます！～
2. 建築知識 ～住宅の壁ってどうできている？～
3. 世界と日本のコロナ感染状況比較
4. 国土調査は注意して！
5. パート従業員募集
6. 秋と言ったら大掃除！
7. 辛口コラム ～劣悪な日本の災害避難所～

## 杉浦佳子さんおめでとうございます！

パラリンピック自転車競技の個人ロードタイムトライアル、ロードレースの2種目で金メダル、500mタイムトライアルで4位入賞をされた杉浦佳子さんに、2018年に「50代から始める認知症対策セミナー」の講師をしていただきました。

杉浦さんは、2016年に自転車ロードレース参加中の事故で、脳挫傷、くも膜下出血、三半規管損傷、頭蓋骨他複数の骨折という大けがを負い、家族の名前が分からなくなる、漢字が読めなくなるなど認知症になり社会復帰は難しいと医師は判断していたそうです。そこからわずか1年で薬剤師の仕事にも復帰し、パラサイクリストとして自転車競技に参加し、世界選手権で金メダルを取得され、5年後の今年パラリンピックで大活躍をされました。



受講者の質問に答える杉浦さん

奇跡の復活には集中治療室からでたらすぐに自転車漕ぎのトレーニングを行ったことが効いたそうです。脳は損傷から約1カ月間は脳が赤ちゃんのように神経細胞のつながりが活性化するため、運動により新鮮な血液を脳にも送ると、脳細胞がより活性化して失った機能を正常部位が補うそうです。

競技中やインタビューで明るく的確に答えている姿からは全く分かりませんが、記憶をスマホやタブレットで補ったり、三半規管が機能していないのでバランスを筋肉でとるなど見えない努力をされています。しかも、アスリートとしては50歳という年齢のハンディをかかえる中、コロナで大会1年延期というのは精神面での負担も相当だったはず。

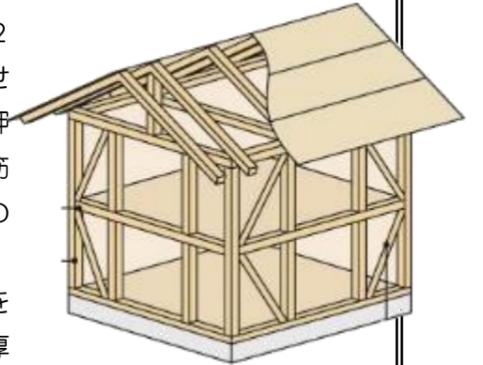


2018年のパラサイクル世界選手権優勝時のメダルと王者用のジャージ

## 建築知識 ～住宅の壁ってどうできている？～

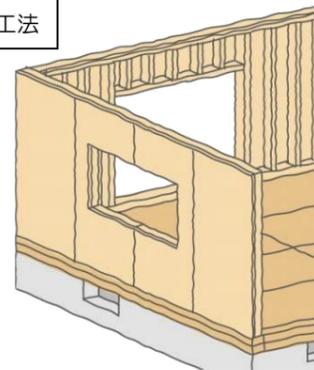
住み心地を良くするには壁の断熱が重要ですが、それには壁の構造を知る必要があります。日本の木造住宅の壁は在来工法と枠組み壁工法の2種です。

在来工法は縦の柱と横の梁でできています。土台の上に柱を立て2階の床の下や屋根の下に梁、桁という水平な材で連結して屋根を載せます。割り箸で模型を作ってみると分かりますが、この箱を横から押すと簡単にぺちゃんこになります。それでは困るので、対角線に「筋交い」という材を、東西南北あちこちに入れて潰れなくします。柱の太さは普通10.5cmの四角で、91cmか182cm間隔で配置します。間隔が粗すぎて壁板が張れないので45cm間隔に幅の狭い「間柱」を施工します。これに裏表から壁板を張れば良い。そうすると壁には厚さ10.5cmの空間ができ、ここに断熱材を詰め込みます。



在来工法

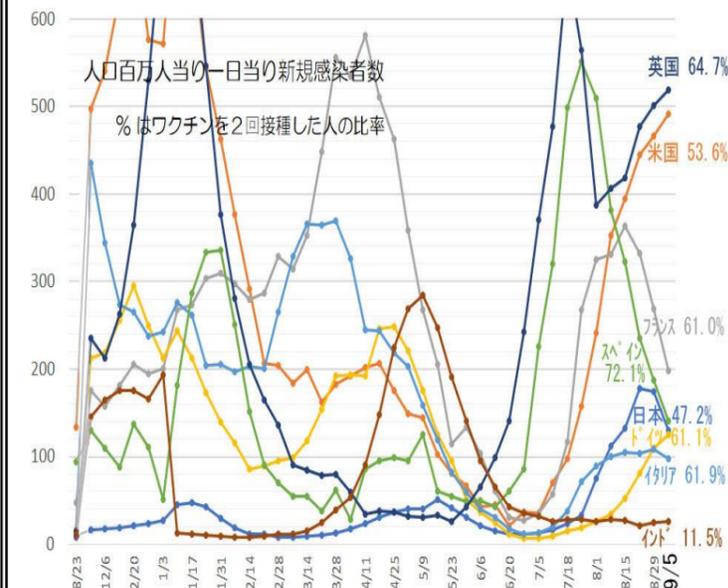
枠組み壁工法



枠組み壁工法は、縦に何本も30cm又は45cm間隔の仕切りのある菓子箱のような大きな浅い箱を作り、これを壁や2階の床として組み立てる家です。この方法だと横から押ししても潰れないので筋交いは不要です。菓子箱の縁や仕切りは厚さ3.8cm、奥行8.9cmの2x4（ツーバイフォー）と呼ばれる木を使うので壁には厚さ8.9cmの空間ができます。奥行14cmの材（ツーバイシックス）を使うこともあります。

家の強さは枠組み壁工法が勝りますが、在来工法も基準が進化した結果、耐震性はどちらも大丈夫です。こうしてできた壁の空間に断熱材を詰めるのが基本的な断熱法です。

## 世界と日本の コロナ感染状況比較



左のグラフは、月2回web上で更新しています。下記のQRコードからスマホ等で掲載ページを見てください。



# 国土調査は注意して！



今、大間々地域で国土調査が行われています。

そもそも国土調査とは何でしょう。

「境界を決めること」はい、間違いありません。

更に調べてみると、「**国土の開発**及び保全並びに**その利用の高度化**に資するとともに・・・(省略)・・・

科学的かつ**総合的に調査**するもの」だそうです。

よくわからないので、問題になった事例を紹介しましょう。

“今住んでいる家が再建築できない！買った土地に家が建たない！”ということが桐生市内で起こっています。

建築基準法では、1軒が2m以上公道に接する事を義務としています。国土調査の時決めた境界が2mに2cm不足していたため再建築できない。あるいは、2軒が共有の4m道路が1cm不足していた時、先に建築又は再建築した人は、接道（公道に接すること）2mは確保でき、無事建築できますが、もう一軒が建築又は再建築しようとする時、接道が199cmとなり建築することができない！ということが実際に起きています。その他いろいろ後で問題が発生することがあるようです。国土調査の立会時は、**調査員に今後起こりうる問題等を教えてもらい、“知らない者がバカを見る”ということがないようにしたいものですね。**

本来、調査員はプロですから、今回のような単純な案件はその場で問題提議すべきだと思いますが・・・・・・・・。

# パート従業員募集!!



建築・不動産部門

作業内容	土地販売の営業 ポスティング 資料作成 2人1組で行動
勤務時間	AM9時～PM5時の内 <b>4～5時間</b>
勤務日	週 <b>1～5日</b> 程度（土・日含む） <b>応談可</b>
給料	時給 1,100円～
年齢・経験	不問
勤務地	みどり市大間々町大間々1190-4
連絡先	☎ 0277-73-4850

★履歴書ご持参の上、面接を行います。  
ご応募お待ちしております。

# 「秋」と言ったら「大掃除♪」

新年をきれいな家で迎えるということで、年末に大掃除をされる方は多いと思いますが、仕事納め、忘年会、クリスマス、帰省などで何かと忙しい時期。では秋のうちに屋外の大掃除を終わらせてみては！



## 理由その1「冷たくて寒い」



寒い中で外の仕事は気が進みません。特に網戸や窓の掃除などの水仕事は寒さに冷たさが加わり、体の動きも鈍くなり作業がはかどりません。

## 理由その2「エネルギーの節約」

汚れは基本的に冷たいと落ちにくくなりますが、水道水の温度は夏場に比べて年末は10℃以上低くなります。お湯を沸かせばその分エネルギーを消費します。また、年末は1年で最も日没が早いため、ゆっくり作業をしていると照明をつけての作業になりかねません。



残暑と蚊が頑張っている9月よりも10月くらいの方が作業もはかどりますよ！

# 辛口コラム

— 劣悪な日本の災害避難所 —

自然災害が多発する日本。その上にコロナ禍。万一避難生活となったら、日本の避難所生活は世界水準から離れた劣悪環境を覚悟しなくてはなりません。

法律では避難所は7日だけとなっているが実際は長期化し、その環境の悪さから生活疲労により多数が死亡。自家用車で暮らしてエコノミー症候群で死者も。欧米ではこれらを48時間以内に整備する法令もある。今、避難所運営は地方自治体任せですが、国が主体的に責任をもって運営することの必要性が過去から指摘されています。

	日本	世界
スペース	国の基準はなく1.6～2㎡程度で、1～1.6㎡だった関東大震災と大差ありません。	一人当たり3.5㎡以上が基準。
睡眠	床に雑魚寝。エコノミー症候群や細菌感染により東日本震災時には1ヵ月で3%が寝たきりに。熊本大震災では珍しく段ボール簡易ベッドが採用された。	ベッドが標準。
トイレ	建築現場で使う簡易トイレが50人に1台程度。臭い、足元も便器も汚い、水や紙が不足など苦情のかたまり。	最低20人に一基、女性用は男性用の3倍。住宅並みの水洗トイレ。
食事	災害救助法で一日三食一人1,160円以内とされご飯やパンが主体。他は缶詰などで冷たい。食堂は無く床で。西日本豪雨では4ヶ月続けて同じ菓子パンが出された例も。	欧米ではキッチンカーなどで作ったファミレス以上の温かい料理を食堂で提供。栄養も考慮されて一日2,100kcal以上。



これなら良い—熊本・人吉の段ボールベッド避難所 (写真産経新聞)「入荷が災害7日後」が課題

