

# 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

2022年9月吉日発行  
NO.0099  
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 ー日本百名山「光岳」山小屋エコ化プロジェクト2ー
2. お月見（十五夜）
3. 秋から始める大掃除のススメ ーリンサークリーナーー
4. 建築知識 ーナミダタケ事件ー
5. 今から始める ーボイストレーニングー
6. アルコールチェック義務化の延期
7. 辛口コラム ー体長 5.4m の巨大ニシキヘビー



## 今月の話題 ー日本百名山「光岳」山小屋エコ化プロジェクト2ー



朝日新聞デジタル版より

先月号でご紹介したプロジェクトが無事終了し、朝日新聞の記事になりました。記事は山小屋に新しく赴任した管理人にスポットを当てた内容ですが、太陽熱温水器が活躍している事も紹介されています。

作業終了後、1カ月ほど経った頃、現地から「太陽熱温水器から煙が出てきたけど壊れないですか？」と相談があったそうですが、晴天続きで雨水タンクが空になり、太陽熱温水器のタンク

の水が減ったことで温度が高くなりやすくなっていた事と、標高が高く(2,500m)70℃でも沸騰するので、煙ではなく湯気が出ていたようです。シャワーに洗い物にと、太陽熱温水器は大活躍です。

光岳小屋のエコ化プロジェクトの第一段階は終わりましたが、完全なエコ化へのチャレンジは続きます。トイレは水洗でも汲み取りでもない、モーターで排泄物とおがくずを混ぜて土にするバイオトイレ。全てを雨水で賄う事は出来ないなので、発電機の電気でポンプを使い谷から水を引いています。また調理にはプロパンガスを使っており、ゼロエネルギー化は簡単ではありませんが、プロジェクトメンバーは楽しみながら解決策を模索しているそうです。

光岳の山小屋エコ化の取組みは、他の山小屋のエコ化に情報提供するそうですが、空き家と2050年カーボンニュートラル化という問題を抱える国内住宅事情のヒントになるかもしれません。



雨樋に流れてきた雨水を雨水タンクに貯め、太陽熱温水器のタンクに流れこむようにしています。

## お月見（十五夜）



月を眺めながら、お団子を食べる「お月見（十五夜）」。  
2022年の十五夜は、**9月10日（土）**です。  
また、十五夜は、別名「中秋の名月」とも呼ばれ、秋の真ん中に出る月という意味があります。

### 十五夜の歴史

古くから、月を愛でる風習は日本にもありましたが、十五夜のお月見が広まったのは「平安時代」。中国から日本へ伝わり、貴族の間に広がっていきました。当時の貴族たちは、月を眺めながらお酒を飲んだり、船の上で詩歌や管弦を楽しんでいました。

庶民の間にまで十五夜の風習が広まったのは、江戸時代に入ってから。しかし、平安時代の貴族とは異なり、収穫祭や初穂祭の意味合いが強く、無事に稲を収穫できた喜びを分かち合い、感謝する日だったそうです。

### お月見や紅葉など花鳥風月を感じさせる百人一首は・・・？

ちはやぶる 神代もきかず 竜田川 からくれなゐに 水くくるとは  
[小倉百人一首 第十七番 在原業平朝臣]

月みれば 千々に物こそ かなしけれ わが身ひとつの 秋にはあらねど  
[小倉百人一首 第二十三番 大江千里]

## 「秋から始める大掃除」のススメ ーリンサークリーナーー

以前、スチーマーで汚れを浮かせて拭き取るという方法で、布地のソファや車のシートを清掃したことがありますが、どうも物足りなさを感じていました。そこで、アイリスオーヤマの『リンサークリーナー』を購入してみました。

まずは12年間座面を濡れ雑巾で拭き取るだけの使い方をしてきたツールを清掃。水をかけて吸い取る水が濃い茶色。1回吸い取っただけではきれいにならないので、同じ場所を5~6回繰り返し掃除するとほぼ透明な水に変わります。車のシートも同様です。吸い取り水が透明になっていくのは快感。



中まで濡れているのでしっかり乾燥させる必要があります。濡らしていけないものには使えません。



写真はアイリスオーヤマリンサークリーナー-RNS-P10-W  
ネット 13,000円~18,000円で販売されている(2022/8月調べ)

注意点は、しっかり水を吸わせるために、ノズルをグッと押し付けるのに力が入ること。また内部にしみ込んだ水を完全に吸い取るほどのパワーはないので、乾燥させる必要があります。まだまだ暑い9月に水洗い掃除を済ませて、寒くて冷たくて、日の短い年末の大掃除の負担を減らす準備をしてみませんか。



# 建築知識

—ナミダタケ事件—

普通の家には床下空間「縁の下」があり、基礎コンクリートの通気口により外気が通過して冬の冷気が流通するので床板を冷やします。1970年代に北海道でナミダタケ事件というのが発生しました。暖房した部屋で生じた水蒸気が床板を透過して床下に抜け出たところで、冷えた大引き、根太、床板など床構造木材で結露し、結果、湿った木材にナミダタケという木材腐朽菌が大繁殖して床が腐って抜ける例が多発したのです。これを防ぐには床板を張る前に床全面にポリエチレンフィルムを敷き詰めて暖房室の水蒸気が床下に抜けないようにします。それだけでは単ガラスの窓の内側に結露するのと同じで、ポリエチレンフィルムの内側がびしょり濡れます。これでは濡れたガラス窓に床板をくっつけるのと同じで、床板に腐朽菌が繁殖してしまいます。そこで断熱材を大引き・根太に施工してポリエチレンフィルムが冷えないようにします。



昔はろくに暖房をしなかったのですが、本州以南でも暖房が普及しているなのでこの危険性は出てきます。以前は大引き（90mm）上に根太（45mm）を30cm間隔で直交して置き、それに床を張りました。根太間に性能の悪い断熱材を充填すれば良い方でした。これを改修しようとする、狭い床下に仰向けになって潜り込み、床下から断熱材を大引きの間に入れるのですが、大変なので普通は諦めます。

# アルコールチェック義務化の延期

安全運転管理者による運転者の運転前後のアルコールチェックが「義務化」されます！！

アルコールチェック義務化の対象

- 乗車定員が11人以上の白ナンバー車1台以上を保持する企業
- 白ナンバー車5台以上を保持する企業

**延期**

- ✓ 運転者の酒気帯びの有無の確認を、**アルコール検知器を用いて**行うこと
- ✓ アルコール検知器を**常時有効に**保持すること



詳しくはコチラ

2022年10月から施行されるはずでしたが、延期する事になりました。

機器の供給不足は半導体不足というメーカーの企業努力の域を超えたグローバルな要因だったことも、考慮したと見られます。

近年、交通事故が多発しております。事故防止を努め緊張感を持って運転してください。

延期になったので、この期間にいつでも導入できるようにその他のものを準備しておくといいかもかもしれません。（チェックシート等）

# — 今から始めよう！ — ボイストレーニング

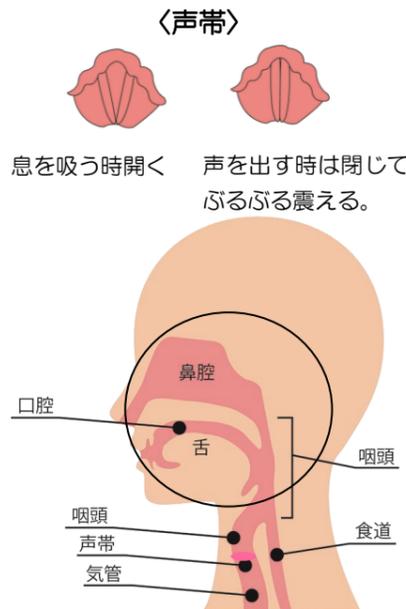
今回は、「歌を上手に歌う為に必要な事」を書きます。

## 声が出る(歌を歌う)ながれ

- 肺から息が出る
- 喉にある声帯が震えて声の元ができる
- 共鳴腔(鼻腔・口腔・咽頭腔)で響き増幅され声(歌)になる

ボイストレーニングの目的は、思い通りの声、歌が歌えるように「声帯まわりの筋肉」を動かす事です。その為にまずは喉の体操で共鳴腔を柔軟にします。肩や肩甲骨の体操もします。声を出しながら舌の付け根を前後させたり、口を少し開け、歯は上下閉じたまま勢いよく息を吐いたりしてこの共鳴腔を膨らませたり縮ませたりします。普段意識して動かさない部位なので初めは全く動きません。私も先生を真似てやってみるものなかなかできません。ですがこれをやってから歌を歌ってみると思いの外声が出るのです。次回は歌を上手に歌えるようになると起こる「予想外の良い事♪」をお伝えします。

ボイストレーナー 高梨 亜希  
<https://ameblo.jp/takanashi-aki/>



高梨先生おすすめのわかりやすい動画はこちら



# 辛口コラム ~ 体長 5.4m の巨大ニシキヘビ ~

北米最南東の温暖なフロリダ州には広大な沼沢地が広がっています。6千平方kmのエバークレーズ国立公園を含む周辺湿地帯だけでもその面積は九州の8割ととんでもない規模です。そのフロリダの湿地帯で体重98キロ、長さ5.4mの巨大なビルマニシキヘビが捕えられました。世界で捕えられた中で最大です。その名の通り原産は東南アジアで、よくある話ですが飼われていたものが放たれ大繁殖してしまったのですが、生態系の頂点に立ってしまい、在来種を食い荒らし多大な影響を及ぼしています。州の委員会や自然保護団体は毎年千匹以上を駆除していますが、彼らは身を隠すのが得意で湿地帯やジャングルでは容易に見つかりません。一州内にどれ程いるかすら分からないのです。そこで雄を捕らえ体内にGPS発信器をつけて放ちます。繁殖期に放たれたオトリは雌のもとへ向かい、今回の巨大ニシキヘビもこうして捕まえられました。殆どの捕獲がこの方法でされています。解剖した体内からは122個の卵が見つかりましたが、更に問題は、腹から案の定シカのヒツメが見つかった事です。フロリダ湿地帯の生態系の中でボブキャット(6-15kgのオオヤマネコの仲間)やフロリダパンサー(絶滅危惧種でピューマの亜種)など、在来食肉動物の獲物を、この外来蛇が食い荒らしている、言い換えると生態系の破壊をやっている事が分かります。日本でも釣り人のバス放流や、捨てたカメなど外来動物の生態系破壊は深刻です。

(ナショナルジオグラフィック誌)

