

暮らしの瓦版

2009年12月号

Merry Christmas



「木造軸組工法の家」の魅力(15)

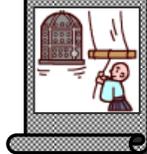
【木材の香り】まだまだ、根強い人気がある文房具、鉛筆。鉛筆を削った後、その削り口のところに鼻を当ててにおいを嗅いでしまう人もいるのではないだろうか。実はこの現象、鉛筆の材料となるエンピツビヤクシンという材の香りに鎮静作用があることが原因かもしれない。



このように木造住宅に使われる木の種類には、住んでいる人を心地良くさせるものがあります。例えば、スギ材。実験によって、スギの香りで、人がリラックスマン状態に導かれることが分かりました。実験方法は、においを嗅いで、血圧、血流量を測るもので、リラックスマンしていると、血圧と血流量が下がります。スギ材のチップを使って男子大学生14人に対して行った実験では、血圧、血流量が共に下がったのです。さらに、感覚刺激によって脳の前頭葉に現れる変動をみる実験から、ヒノキやスギ、エンピツビヤクシン材の香りは、鎮静効果のある香りと同様の変動を示しました。このことから、これらの材の香りには鎮静作用があることが明らかになりました。他にも、タイワンヒノキの材の油のにおいは脈拍が安定し、作業能率が高くなることが報告されています。そして、ツガやヒノキ、ネズミ材の精油に含まれるα-ピネンのにおいは、疲労感を低減させる効果があると考えられています。一方、それら樹木の葉はどうでしょう。スギやヒノキの葉は、材の鎮静効果とは正反対の興奮効果があります。森には、葉から出た揮発性物質が充満しています。この成分は葉から出て、地表に下りてくるので、地面に近づくにつれて濃度が濃くなります。森を歩くと、頭がスツキリ！元気がいっぱいになるのはこのためかもしれません。

木造の家は、木材がよい香りを添えています。「気持ちがいいな」と感じるのは、科学的にも香りが体に好影響を与えているからなのです。但し、その香りも強すぎるとかえって不快になることが実験から分かっています。新築の木材の香りもいいですが、木材の香りが落付いた頃、旅先から帰った瞬間「わが家が一番だな！」と思うのは、わずかに残る木材の心地よい香りのせいかもしれません。

季節の風物詩 「大晦日」



1年最後の日「大晦日」。「晦日」とは毎月末日のことで「大晦日」は「1年の最後の特別な末日」を表す言葉に「大」を付けました。「大晦日」には1年間に受けた罪や穢れを祓うために、大祓いが宮中や全国の神社で執り行われます。昔、1日は夜から始まり朝に続くと考えられていたため、大晦日は既に新年の始まり。この日に縁起物であるお頭付の魚を用いた正式な食事やお雑煮などを食べる「年越し」「年取り」などをしました。

生活 ×モモ 季節の言葉 『新型インフルエンザ』予防と対応



インフルエンザウイルスは、人に感染し伝染病であるインフルエンザを起すウイルスのことをいい、A型、B型、C型の3属を指しますが、一般的にはA型、B型を「インフルエンザウイルス」と呼びます。本来はカモなどの水鳥を自然宿主として、その腸内に感染する弱毒性のウイルスであったものが、突然変異によってヒトの呼吸器への感染性を獲得したと考えられています。今年「新型インフルエンザ」が大流行しています。新型インフルエンザとはインフルエンザウイルスのうちヒト対ヒト間の伝染能力を新たに有するようになったウイルスを病原体とするインフルエンザ感染症のことをいい、世界中で今年感染が拡大している新型インフルエンザは主に豚がかかる豚インフルエンザウイルスが変異したものです(以後、新型)。この新型の特徴は、①弱毒性である(呼吸器を中心に感染)②季節性インフルエンザと同様の症状(38度以上の発熱、咳といった呼吸器症状など)③幼児、妊婦、持病のある人など高リスク。等。インフルエンザウイルスは、感染を繰り返す間に変異を起し、致死率が上がる可能性があります。また、強毒性の鳥インフルエンザH5N1型と交雑し、さらに新しい型のウイルスが出現するリスクもあります。鳥インフルエンザはまだ人型ウイルスに変異していませんが、今後変異の可能性は否めません。常に情報に注意し、感染拡大防止に努めましょう。

【予防】殆どの方が新型インフルエンザに対する免疫がないと考えられ、季節性よりも多くの人が発病すると予想されます。予防対策は季節性も新型も同様。可能な限り人混みを避け、手洗い・うがいを心がけましょう。不織布製マスクは完全ではありませんが、一定の予防効果があるので必要に応じて利用しましょう。咳エチケットにも心がけ周囲の方々に配慮しましょう。尚、ハイリスクの方(高齢者、基礎疾患のある人、妊婦や乳幼児などの、かかるとう重症化する恐れのある人)は特に注意と予防が必要です(一部重症化のリスクのない方にも重症者が出ています)。今回の新型では、今までのところ抗インフルエンザウイルス薬(タミフル・リレンザ等)は効果がありません。

【予防接種】新型インフルエンザワクチンの接種が10月19日、医療従事者を対象に開始されました。その後、優先接種対象者を中心に11月上旬から順次開始されています。一般の方が受けられるのは来年であり詳細は未定です。今回のワクチン接種の目的は、①死亡者や重症者の発生をできる限り減らす②患者が集中発生することによる医療機関の混乱を極力防ぎ、必要な医療提供体制を確保することであり、必ずしも感染防止を目的とするものではありません。私たちは今後、確かな情報を入手し、冷静に予防対策と、その時の状況に応じた適正な対応をとることが何より重要でしょう。

生活 ×モモ 季節の行事 『煤払い・正月事始め』



12月13日は正月事始めの日といわれています。「こと」とは祭り、つまり正月を意味し、この日は正月を迎える準備をはじめの日というわけです。煤払いも、正月事始めの行事のひとつで、正月を迎えるにあたって、家の内外の煤や塵を払い、清掃する行事。煤掃きともいい、正月を迎えるにあたり、家の内外を大掃除することをいいます。これは平安時代にすでに行われていたといわれ、この日に行うようになったのは江戸時代から。江戸城は12月13日が煤払い日で、民間でも多くが13日を煤払いの日としていましたが、これは単なる年末の大掃除とは違い、年神さま(歳徳神ともいわれ、新しい年の五穀の豊作を約束してくれる神さま)を迎える準備のための信仰的な行事でした。正月を迎える物忌みの始まるのが13日で、そのための清掃だったのです。煤払いの日には、仕事を休み、家中が総出で大掃除をし、それが済むと、神様に「煤取り団子」を供えたり「煤掃き餅」や「煤掃き粥」「煤雑炊」といって、一家で餅や雑炊、粥などを食べる習慣がありました。また煤払いの後で入る風呂を「煤湯」といいますが、身も心も、住まいも、できる限り清潔にして年の神を迎えようとしたのです。正月までにはまだ日数があるため、この日は神棚と仏壇の掃除のみを行い、家の内外の掃除は、それ以降の適当な日に行っていたようです。これがやがて、暮れの大掃除という形になり、現在では宗教的意味合いは失われてしまいました。

正月事始めとして煤払いの他に松迎えや節木伐りなどを行う地方なども有ります。煤払いに用いた笹や葉でつくった箒は川に流したり、道祖神に納めておき、小正月の左義長のときに燃やす例もあります。

今年はどうな年でしたか。その年のいろんな「煤」を綺麗にして、新たな年を迎える準備を始めましょう。

【2009年 ノーベル賞】
 昨年は日本人3名の受賞と日本国内で盛り上がりみせたノーベル賞。今年にはバラク・オバマ大統領が平和賞を賞というニュースに世界中が沸きました。ノーベル賞委員会は「核兵器なき世界」の実現に向けたオバマ氏の構想と努力を高く評価。国際協調主義や気候変動問題での建設的役割に加え「世界に将来への希望を与えた」ことを授賞理由に挙げました。宣言しただけで実績はまだないと批判する声もありますが、大統領就任9カ月足らずでの栄誉はこれからの期待の高さといえましょう。今年も女性が高齢で5名受賞と史上最大となったのも特色の1つ。授与式はノーベルの命日である12月10日に平和賞以外はストックホルムのコンサートホールで、平和賞はオスロの市庁舎で行われます。

修繕 リフォームから新築工事の建物の事
 優良土地活用から物件探索の土地の事
 北本建設株式会社
 埼玉県北本市古市場3-131 TEL: 048-591-1234
 URL: http://kitamoto.net/kitaken/ FAX: 048-591-0019

12月 暮らしのカレンダー

7日	大雪/神戸港開港記念日	22日	冬至
8日	針供養/事納め	23日	天皇誕生日
13日	すす払い/正月事始め	25日	クリスマス
15日	年賀郵便受付	31日	大晦日