

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

2021年9月吉日発行

発行責任者：猪野工務店
〒781-8008

高知市潮新町1丁目14-9

<今月の話>

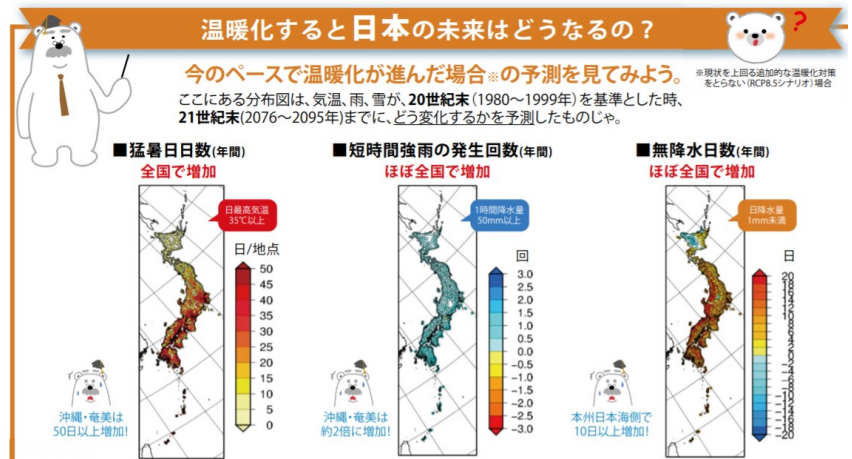
1. 今月の話題～2030年家庭の温室効果ガス66%削減は可能？ Vol1
2. 今日からできるエコアクション
3. 15分で完了！重ね煮で作るお弁当
4. 建築知識～グラスウール断熱のはなし～
5. ひとつふたつみつっ・・・とお。その次って？
6. 世界と日本のコロナ感染状況比較～
7. 辛口コラム～中等症ってどんな程度？～



2030年 家庭の温室効果ガス66%削減は可能？ Vol1

国は7/22に家庭部門の2030年度の温室効果ガス排出量は2013年度比で66%削減するという目標を発表しました。国全体で46%減にするためには、工場などの製造部門、オフィスなど業務部門、大型トラックや鉄道などの運輸部門などに比べて容易な家庭部門の比重を高くするということですが、自分の家で66%減をやれと言われてみると、ほとんど人が無理なのではないでしょうか。

そもそもなぜ温暖化対策が必要なのでしょう？一言でいうと、人類の存続が危ういからです。右の環境省の資料からは農業の継続が難しくなり、猛暑に耐える住まい、水害の影響を受けにくい地域への移住の必要性すら感じます。日本単独でも深刻ですが、世界でも同じように、水害、干ばつ、山火事など温暖化に由来する災害が頻発しています。



白熊のイラストが内容の深刻さを殺している環境省の資料

TOKYO オリンピック閉幕翌日の8/9に国連気候変動に関する政府間パネル IPCC は、地球温暖化は危機的状況責任は「疑いなく人類」との報告書を発表しました。温室効果ガス排出を2050年までにカーボンニュートラル実現をを目指す国は121か国にのぼり、日本だけが特殊な状況ではありません。中国も2060年にはカーボンニュートラルにすることを表明しています。

しかし2050年に突然カーボンニュートラルになるのではなく、徐々に進んでいきます。その中間地点である2030年に、日本は国全体で46%、家庭部門の66%温室効果ガス排出削減という目標を立てたのです。そう考えると、66%減を実現に取り組む必要が出てくるのです。

続く



食品ロスを減らすために、すぐにできるエコアクション♪

8月号では食品ロスの現状と楽しめるエコアクションとしてサルベージパーティー(食品の救済パーティー)をご紹介しました。今回は、もっと気軽に今すぐ一人でもできるものをご紹介します。

- ①買い過ぎない
- ②早めに使い切る
- ③商品は手前から取る
- ④むしろ赤札がついたラックから商品を選ぶ
- ⑥ピュッフェでは食べられる量を取る
- ⑦量が多くて残しそうな食材は予め少なくて注文する(例：小ライスで注文)などがあります(^_^)ご参考に～♪

環境省発表の自治体のゴミ処理費用は年間約2兆円。うち約50%が食品。年間8,000億円～1兆円にのぼる費用が使われています。

一方文部科学省の試算では、授業料無償化に必要な年間予算額は、幼児教育が7,000億円、高校が3,000億円なので、高校までの授業料を無償化できるほどの税金が投入されているということになります。食品ロスを失くしたらいきなり学費が無償化となる訳ではありませんが、身近に感じられる一例としてあげてみました♪

—重ね煮(かさねに)—

野菜の力を最大限に活かし免疫力をあげる料理法

長いようで短い夏休みも終わり。多くの親御さんは、朝から朝食とお弁当作りに奮闘される生活が再び始まりますね。前の晩のものを詰めたり、作り置きする方法もありますが、重ね煮なら15分ほどでお弁当箱が埋まりますよ。

<魚のケチャップ煮>

- 魚 200g しょうゆ、酒、片栗粉、各小さじ2 前日に下味を付けておく。
- 人参 50g いちょう切り
- 玉ねぎ 80g うす切り
- ピーマン 2個 乱切り
- しめじ 100g 手でほぐす

- | | |
|-------|---------|
| 水 | 3/4 カップ |
| ケチャップ | 大さじ3 |
| みりん | 大さじ2 |
| しょうゆ | 大さじ2 |
| 片栗粉 | 小さじ1 |

鍋に図のように材料を重ね、分量の水を加えて強火にかける。煮だったら少し弱め柔らかくなるまで煮る。合わせておいた♡を回しかけ、混ぜながらとろみをつける。

<粉ふき芋の青のり風味>

- じゃがいも 1個皮ごとひと口サイズに切る
- 青のり 適量
- 塩 小さじ1/4
- 水 1/2 カップ

鍋に水と塩を入れて煮立たせてからじゃがいもを入れて、フタをし中火にかける。湯気が出たら弱火にし柔らかくなるまで煮る。フタを取って鍋をゆすり粉ふき芋にする。青のりを振る



<きゅうりの梅酢漬け>

- きゅうり 1/3 本薄切り
- 梅酢 小さじ1/3

きゅうりと梅酢をボウルで合わせて5分置く。軽く絞る。



建築知識

～ グラスウール断熱のはなし

グラスウール断熱は、リサイクル古瓶などのガラスを高温で溶かし吹き飛ばして綿状にした物です。日本では十年以上前まで繊維の太いガラス繊維が使われてきましたが、断熱性が悪くひどい代物でした。長い間の悪が祟って警告がネットを賑わします。「ガラスの針を吸い込んで癌になる。」・・・壁に頭を入れて深呼吸しない限り吸い込む事はなく、そもそも癌にはなりません。デメリットとしては、濡れるとベタベタになり、重さですり下がり、カビが生える事。昔は石油ストーブにやかんを載せて部屋には水蒸気が充満。防湿フィルムも施工してなかったので壁の中のグラスウールの中で結露が起こり色々問題を起こしました。

ですが正しく施工されれば、壁の中に隙間なく納まり、室内側から樹脂フィルムを張るので、部屋の水蒸気は壁に入りません。それでも冬になると、インフルエンザウィルスを増やすまいと猛烈に加湿する人がいますが、それは止めた方が良いでしょう。



過度の加湿は家を傷める

元々冬の外気は大陸からの乾燥した空気の為、正しく換気されていれば湿度は30～40%になって当然で、それが正解。換気をせず部屋を過度に加湿すればダニが繁殖します。グラスウールは柱の厚さ分10.5cmいっぱい詰め込める安くて性能のいい断熱材で、最優先に採用すべきものです。但し、ボードを張る前に、家の空気が漏れない程きちんとポリエチレン膜を張ることが肝要です。

ひとつ、ふたつ、みっつ・・・とお。 ・・・その次って？

ひとつ、ふたつ・・・の数え方で十(とお)から次の十一より大きい数はなん言うんだらう？とふと疑問に思い、調べてみました。

この数え方は大和言葉というもので、ひとつ、はたち、みそぢのように「つ」「ち」「ぢ」は、数える時に用いる接尾辞で現代日本語の「個」とほぼ同じ意味。人数は二人までは「ふたり」といいますが三人になると突然「さんにん」となりますよね。これも「みたり、よたり・・・とたり」と言うのは聞いたことがありません。一方、“三十、四十”はこれだけで本来は“みそぢ、よそぢ”と読むのですが、年齢を指す場合に三十路、四十路と書くことが定着しています。

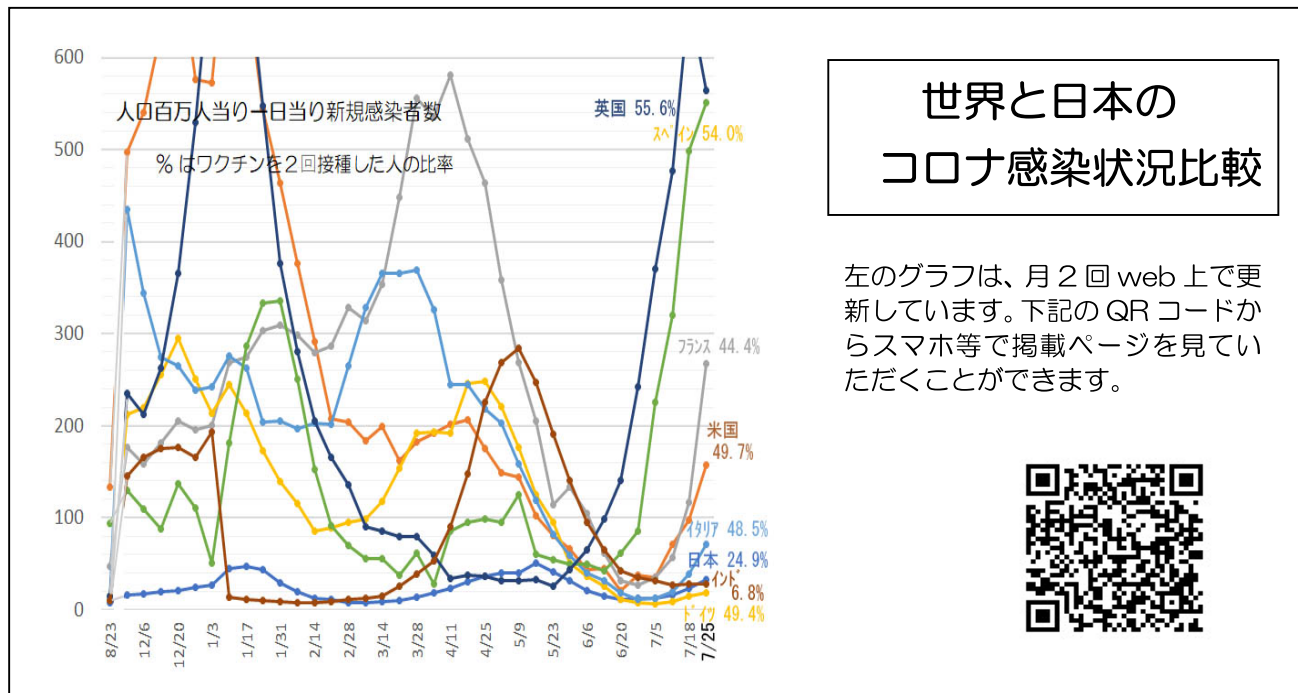
飛鳥時代から時を経て、現代語に融合していますね。

【大和言葉の数え方】

11	とおあまりひとつ
12	とおあまりふたつ
20	はたち
21	はたちあまりひとつ
30	みそぢ
40	よそぢ
50	いそぢ
100	もも
200	ふたほ(お)
300	みほ(お)
1,000	ち
2,000	ふたち
10,000	よろず
20,000	ふたよろず
百万	やほよろず
八百万	ももよろず

“三十路、四十路”は“みそぢ”“よそぢ”ではなく、“みそじ”“よそじ”と入力しないとPCで変換されませんでした。





辛口コラム

— 中等症ってどんな程度？ —

「コロナの中等症患者は自宅待機」とバカな事を言った政府があります。一般には中等症は息苦しい程度、重症だと入院が必要、というイメージですが、日本の基準では中等症は1と2があり、米国の分類で2は重症に入ります。

健康人の血中酸素飽和度 SpO2 は 96%以上に対し、中等症1では 93%未満、2だと 93%以下で死ぬ程苦しい。米国ジョージタウン大学助教の安川康介先生が正しいイメージを伝える為 SNS で発信しています「中等症」なる物の恐ろしさを正しく理解する必要があります。図には次のように記されています。

- ・ 軽症 = 酸素は要らない。
- ・ 中等症 = 人工呼吸器は要らない。肺炎が広がっている。多くの人にとって人生で一番苦しい。
- ・ 重症 = 助からないかもしれない。

中等症は米国基準では「重篤 Critical」に相当します。人工呼吸器とは口から気管に管を差し込み酸素を送り込む物で、肺炎により肺の機能がひどく低下し、血中酸素が不足するのを補います。更に肺がやられると ECMO で血液を体外に取出し酸素を喰わせて戻す、まさに生死の瀬戸際です。

一部の方が抱く新型コロナウイルス感染症のイメージ？



身近に近親者をコロナで亡くされた方がいますが、ひどく苦しがっておられたそうです。ワクチン接種後も、デルタ株は重症化しないまでも感染し、体内で増殖する事が分かってきました。ワクチン接種が進んでいますが、マスクは外せず、元通りの生活が戻ることは簡単にはならないようです。

