



暮らしの歳時記

裏山の 杉の音聞く 冬至かな

やなぎだ あき
柳田 亜紀

冬至は昼が一番短い日。カボチャを食べる、柚子湯に入るなどの他、農作物の豊作を願う行事が行われます。



発行

有限会社イースト

青森県五所川原市大字稲実字開野69-1
TEL:0173-34-9103 FAX:0173-35-0270
<http://myhome-east.com/>

我が家の基礎知識 ここがポイント! わがやの防犯対策

治安が良いとされる日本でも住宅への侵入犯罪が増え、昨年から住宅性能表示制度にも「防犯」に関する項目が追加されるなど、防犯が住まいづくりの重要なポイントになりつつあります。侵入口で最も多いのが「窓」で、浴室やトイレの小さい窓も要注意です。



●泥棒に窓から入らせない工夫を

泥棒の手口で圧倒的に多いのが、窓ガラスを破る、錠の閉め忘れた窓から侵入するもの。次いで玄関や勝手口と続きます。ガラスとガラスの間にフィルムを挟んだ破りにくい防犯ガラスを窓に採用する、窓や出入りにメインの錠以外にホームセンターなどで販売しているサブ錠を追加するのも有効です。

●時間をかけさせ、あきらめさせる

入りにくい住宅には泥棒は入りません。ある防犯に関する統計データによると、泥棒は5分かかると約7割が侵入をあきらめ、10分以上かかるとほぼ100%があきらめるといいます。泥棒に、いかに侵入に手間取らせ、あきらめさせるかが、防犯対策のポイントというわけです。1窓2ロック、1ドア2ロック、簡単に割れない防犯ガラスを有効に利用しましょう。屋内にこもりがちな寒い季節は意外に泥棒の被害が多いとか。気をつけましょう。

寒い季節の“不快な静電気”を防ぐ

車や玄関のドアに指先が触れた瞬間に「パチッ!」。ひどいときには痛みを伴うこともあります。あれは身体に溜まった静電気が放電するときのいたずらです。静電気は空気が乾燥しているほど帯電しやすくなり、寒い冬に発生しやすくなるのです。

◎意外に強い電圧が発生する

この静電気、瞬間的に数千ボルト、一万ボルト級の電圧になることもあり、パソコンや携帯電話の故障の原因にもなったといえますから、侮れません。

もっとも最近のパソコンや携帯電話は、あらかじめこの静電気を遮断する回路を装備しているため、静電気クラッシュの心配はなくなりました。



◎加湿器も予防に効果的

空気が整備されたせいで、夏も静電気が溜まりやすくなったといわれています。湿度が50~60%以下になると身体に静電気が溜まりやすくなるといわれ、静電気を溜まりにくくするには加湿器の利用も有効です。

また、溜まってしまった静電気を逃がすための静電気防止グッズも、さまざまなタイプが市販されています。

セルフのガソリンスタンドにも、手のひらを当てて静電気を逃がす装置がありますが、同じ目的の静電気除去ストラップやブレスレット、キーホルダーなど、バラエティ豊かな予防グッズを利用するのも効果的です。

ぽかぽか暖まる「遠赤外線」って何?

電機コタツや電気ストーブなどの暖房器具がよく見かける「遠赤外線」。最近では肌着などにも表示されています。これは、電磁波の一種で、光や電波の仲間です。光は、波長の最も長いものが赤色になり、それより長い波長のものを「遠赤外線」と呼び、目には見えません。

◆遠赤外線は物を暖める

この遠赤外線は、照射した物に吸収され、物を暖める性質があり、暖房器具やオープンなどに遠赤外線を出す仕組みが採用されるのは、熱源プラス遠赤外線効果でより効率よく暖めようというわけです。

◆肌着が遠赤外線を出す不思議

電気製品は納得できるとして、肌着などの布からどうして遠赤外線が出るのでしょうか。これは、遠赤外線を出すセラミックの微粒子を、繊維に練り込む、あるいは表面にコーティングしてあるのです。

こうすると、セラミックが人の体温を吸収して遠赤外線にして放出します。これを繰り返すことで暖かくなるという仕組みです。あるメーカーで実験したところ、「遠赤外線加工無し」の肌着と比べて身体の表面温度が0.5度上昇したそうです。



やさしい料理教室

クリスマスに

和風ローストチキン



【作り方】

- ① 鶏もも肉の皮にフォークなどでところどころに穴をあける。
- ② Aのタレをよく混ぜ、鶏肉を1時間前後漬けておく。
- ③ オープン皿にアルミホイルを敷き、網の上に皮を下にしてのせ、200度で約10分、裏返して約15分焼く。

材料(4人分)

- 鶏もも肉(骨付き).....4本
- A(タレ)
 - ・しょうゆ.....1/2カップ
 - ・みりん.....1/4カップ
 - ・サラダ油.....1/4カップ