



BE BEAUTIFUL 11

水の不思議な美②

ありふれた個性美

奪います。打ち水で涼しくなるのも、気化する際に周囲の熱を奪うからです。気化潜熱と呼ばれるもので、エアコンの原理でもあります。

電子レンジの加熱の原理は、プラスとマイナスが交差する電磁波で、プラス・マイナスを持つ分子（極性分子）を振動させるといふもの。電子レンジが振動させる分子は、主に水分子です。水分子は極端な極性分子であって、水の特異な性質も極性によります。

◆水は磁石

極端な極性分子である水は、ひとつひとつの分子が磁石のようなので結合力が異常に強いのです。これが「水素結合」と呼ばれる水分子の結合。水が0℃から100℃という大きな温度帯でも液体でいられるのは水素結合のため。原子量などから他の物質と比較すると、水が液体でいられるのはマイナス120℃からマイナス20℃までのはずなのです。水素結合という分子間の強い結びつきのため、高い温度でないと液化、気化しないのです。

水は、河川、雨、雪、水道など、私たちの身の回りにありふれています。ありふれているのに特異、それが水。どこにでもいるのに個性的な美人、それが水です。

◆**エアコン、電子レンジ**
温度とは、物質を構成する分子の活動の大きさと言い換えることができます。活動が大きいと、分子の間隙が大きくなり体積が増えます。これが、温度が高くなったといつこと。アルコールが気化するには温度が必要なので、周りから熱を

奪います。打ち水で涼しくなるのも、気化する際に周囲の熱を奪うからです。気化潜熱と呼ばれるもので、エアコンの原理でもあります。

電子レンジの加熱の原理は、プラスとマイナスが交差する電磁波で、プラス・マイナスを持つ分子（極性分子）を振動させるといふもの。電子レンジが振動させる分子は、主に水分子です。水分子は極端な極性分子であって、水の特異な性質も極性によります。

◆水は磁石

極端な極性分子である水は、ひとつひとつの分子が磁石のようなので結合力が異常に強いのです。これが「水素結合」と呼ばれる水分子の結合。水が0℃から100℃という大きな温度帯でも液体でいられるのは水素結合のため。原子量などから他の物質と比較すると、水が液体でいられるのはマイナス120℃からマイナス20℃までのはずなのです。水素結合という分子間の強い結びつきのため、高い温度でないと液化、気化しないのです。

水は、河川、雨、雪、水道など、私たちの身の回りにありふれています。ありふれているのに特異、それが水。どこにでもいるのに個性的な美人、それが水です。

◆**エアコン、電子レンジ**
温度とは、物質を構成する分子の活動の大きさと言い換えることができます。活動が大きいと、分子の間隙が大きくなり体積が増えます。これが、温度が高くなったといつこと。アルコールが気化するには温度が必要なので、周りから熱を

▼アクアボトリング山中湖工場分(キャップ表示 賞味期限/ +Y)

エフィール・ウォーター成分表 ~100ml中~		(検査日:2020.1.29)	
●熱量	0kcal	●食塩相当量	0.001g
●たんぱく質	0g	●マグネシウム	0.60mg
●脂質	0g	●カルシウム	0.15mg
●炭水化物	0g	●カリウム	0.02mg
●硬度	28.3mg/L		

▼アクアボトリング鈴鹿工場分(キャップ表示 賞味期限/ +S)

エフィール・ウォーター成分表 ~100ml中~		(検査日:2020.2.13)	
●熱量	0kcal	●食塩相当量	0.001g
●たんぱく質	0g	●マグネシウム	0.65mg
●脂質	0g	●カルシウム	0.13mg
●炭水化物	0g	●カリウム	0.02mg
●硬度	30.1mg/L		

知床らうす海洋深層水成分実測値

温度が0℃を超えると、分子の活動が活発になるため水素結合が崩れ始め、体積は小さくなります（重くなる）。もう少し温度が上がると、分子の活動による間隙の増加が勝り、体積が大きくなります（軽くなる）。その分岐点が4℃。水は4℃の時がもっとも体積が小さく、重くなるのです。

健康ライフ 100メモ

健康常識のウソ④ デトックス



美容関係で、デトックスという言葉が耳にします。一言で言えば「解毒」ですが、そのルーツは化学兵器による後遺症の研究だそう。ただ、毒の排出という考え方は、洋の東西を問わず古くからあり、医術の基本とされてきました。

体内に入った有害物質は肝臓や腎臓で分解され、便、尿といったしよに排出されます。皮脂腺から出る汗も有害物質を排出するといわれますが、疑問です。せいぜい気休め程度でしょう。岩盤浴やサウナによる発汗にデトックス効果は期待しないほうがよいでしょう。新陳代謝の向上には毎日の入浴が良いでしょう。体温を上げ、血液やリンパ液の流れをよくします。浮力が骨や筋肉を休ませる効果もあります。

わが家の自慢料理

大阪府泉大津市 前田雅子様

★フ랑스パンのベーコン巻き★



- ①フ랑스パン1/2本を6等分し、あらびき粒マスタードをぬる。
- ②その上にスライスベーコンを斜めに巻き上げ、爪楊枝で止める。
- ③バターを熱し、ベーコンがカリッとするまで転がしながら焼く。
- ④大皿に盛り、パセリやクレソンを飾る。

みんなが集まった時などに、簡単で見栄えがする一品。

「わが家の自慢料理」にふるってご応募くださるよう、お願いします。採用された方には図書券をプレゼントします。

世界自然遺産 知床らうす 海洋深層水

らうす町許可番号 第02060110号 純水ブレンド

1台2役

2019 AWARDS

国際味覚審査機構 優秀賞 受賞

宅配料込

- ボトル1本 12リットル 1,500円
- サーバーレンタル費 1,000円/月 (メンテナンス費700円+レンタル費300円)

※1年毎にメンテ済みサーバーと取り替えます。 ※消費税別途となります。