



こんにちわ奥さん

with e フィール便り



大丸エナウエーン 株式会社

「こんにちわ奥さん」係

〒559-0022

大阪市住之江区緑木1-4-39

TEL.06(6685)5101

ファックス 0120-093-025

<http://living-poppo-garden.jp/>

<http://efillwater.jp/>

はじめに:
「こんにちわ奥さん」
係から

最近、カーボンニュートラル(CN)という言葉を耳にされませんか。炭素(カーボン)と中立(ニュートラル)を組み合わせた言葉で、社会活動で排出される二酸化炭素をプラスマイナスでゼロにしようという考え方です。地球温暖化対策として脱炭素社会を目指すものです。例えば、植物は光合成で二酸化炭素を吸収しますから、植物をバイオマスエネルギーとして燃焼利用してもCNとなります。日本政府は、2050年までに二酸化炭素などの温室効果ガス排出を実質ゼロにするという方針を打ち出しています。各企業も取り組みを始めています。ただ、たやすい目標ではありません。国民の負担が増すことも考えられます。



うろこ雲

左の写真は「雨の物語③」にあわせて。

真つ黒な雲が近づくと、雷の音が聞こえる、冷たい風が吹いてくる、というような変化があれば、それは積乱雲が近づいている兆しです。激しい雨と雷だけでなく、竜巻などの激しい突風が起きる恐れもあります。積乱雲は入道雲とも言われます。入道雲なら親しみがもてるようですが、積乱雲とはいかにも怖そうです。ましてや、積乱雲が列をなす線状降水帯は、勘弁してもらいたくないものです。うろこ雲、いわゆる巻積雲の一種です。ひつじ雲は高積雲の一種で、うろこ雲より低い位置に発生します。うろこ雲が出たら3日のうちに雨。ひつじ雲が出ると翌日雨。このような言い伝えは全国各地にあります。実は、当てになるのです。70%以上の確率ともいわれます。

前回、海水が塩辛い理由について、最有力説を忘れていたので以下に記しました。約46億年前の、できたばかりの地球の温度が下がると、大気中の水蒸気が冷え雨が降りました。雨は大気中の塩素ガスを溶かし、塩素を含んだ水が大地にたまりました。岩石などに含まれるナトリウムが塩素と結びつき、塩化ナトリウム、つまり塩ができたという説。



雨の物語③ 雲と雨

前々回、雨に関する日本語は1000以上あると書きました。情緒のある言葉ならいいのですが、最近よく聞くのは、ゲリラ豪雨、線状降水帯といった災害に結びつく言葉です。線状降水帯は、発達した雨雲(積乱雲)が列をなし、数時間にわたってほぼ同じ場所を通過または停滞することで作り出される、線状に伸びる長さ50〜300km、幅20〜50kmの強い降水をとらなう雨域のこと。以前からあった言葉ですが、頻繁に用いられるようになったのは、平成26年8月豪雨による広島市の土砂災害以降とみられます。



ダイエットに効果があるという「高温反復浴」を紹介します。42℃以上の熱い湯に2分間つかり、出て5分間休憩。これを繰り返すというダイエット法です。心臓に負担がかかりますから、高齢の方などにはおすすりできません。かなりエネルギーを消費するためダイエットになるのでしょうか。高温反復浴のステップは次の通りです。

①まず、かかり湯。ぬるめのシャワーをたっぷり浴びた後、浴槽の湯を脚から順に数杯かぶる②湯の温度が42℃以上の浴槽には、ゆっくり入る③2分間つかる。時間は時計で正確に測る④浴槽から出て5分間休憩。この間に体を洗う⑤また2分間つかる⑥休憩しながら洗髪。汗が吹き出すのはエネルギーを使っている証拠⑦さらに2分間つかる。3回目の高温浴。全身浴で肩までつかる⑧風呂からあがって休む。入浴後は身体の水分をよくふき取り、30分から1時間くらい体を休ませる。