

株式会社24時間通信

〒003-0826 札幌市白石区菊水元町6条3丁目6-46
TEL 011-871-2455 FAX 011-871-2444

12年
10月号

30秒でチョットした情報通になれる 



■「24節気」って知っていますか？

季節は春・夏・秋・冬の4区分です。その1季節をさらに6つにわけたのが24節気です。

24節気には例えば「立春」「立夏」「立秋」「立冬」などがあります。

今年の「立秋」は8月7日でした。

東京のこの日の最高気温は32.4度。テレビやラジオでは「今日は“立秋”ですが、まだまだ暑さは続きそうです」と定番のあいさつをしていましたが、それからずっと30度以上の暑さが続きました。

■24節気は実態の気候より

早い気象状況を表しているのか？

日本列島は南北におよそ3,000km。どこかに24節気の気象状態にピッタリ合う地域があっても不思議ではありません。

10月から11月にかけての24節気は2つあります。10月23日は「霜降(そうこう)」。11月22日は「小雪(しょうせつ)」。

「霜降(そうこう)」は“霜が降りて朝には草木が白く化粧をする頃”。「小雪(しょうせつ)」は“平地にも初雪が舞い始める頃”。

10月23日ごろに“霜”が降り、11月22日ごろに“初雪”が舞い始める地域は日本のどこでしょうか？

■霜降、小雪の気象状態が

ピッタリの地域は山形市でした。

過去30年間の気象庁の初霜と初雪のデータを調べてみました(下記表を参照)。

山形県山形市の初霜の平均初日は10月30日。初雪は11月22日。どうやら山形県の山形市が24節気に適合する地域のようにでした。

そんなわけで山形地方では10月23日頃に「今日は霜降です。近々、初霜が降りて草木が白化粧するでしょう」と、気候にあったあいさつをしているのでは……。

24節気	霜降	小雪
月日	10月23日	11月22日
地域	初霜	初雪
札幌	10月25日	10月28日
盛岡	10月29日	11月6日
秋田	11月11日	11月13日
山形	10月30日	11月22日
仙台	11月10日	11月26日
福島	11月9日	11月26日
新潟	11月25日	11月24日

30秒でちょっとした情報通になれる



■鰯は弱い魚でなく強い魚

「魚」偏に「弱」と書いて「鰯(いわし)。「いわし」の語源は陸に揚げるとすぐに弱って腐りやすい魚。つまり「弱し(よわし)」が「いわし」に変化したというのが有力な語源説のようです。

ところが、鰯は、それ自身は弱い魚かもしれませんが、人間に対して体を強くする魚といわれています。

具体的には

- ・動脈硬化や高血圧など循環器系の病気に対する予防効果があります。その他にがんの発生を強力に予防します。

■油がのっている魚とは？

よく魚について「油がのっている」といいます。この油とは「魚油」のことです。油ですから固体でなく液体です。

調理した魚に油が浮いているのを見たことがあるでしょう。これが油のついているということになります。この魚の油にはEPAとDHAが含まれています。これが善玉コレステロールを増やし、脳の血液循環をよくする働きをします。動脈硬化を予防します。

■動脈硬化を予防する鰯の料理は？

いわしを使った動脈硬化を予防する効果を上げる料理方法はあるのでしょうか？

これは女子栄養大学の分析によると千葉県銚子で漁師さんの鰯料理が予防効果を倍増する料理方法と報告をしていました。

■「ワカメ入りつみれ汁」です。

レシピは、

- ・いわしを皮ごとつみれにします。

ニンジンとショウガを加えてごとごと煮汁にします。

「ワカメ入りつみれ汁」は、動脈硬化を予防するEPA・DHAの残存率を高くします。残存率を比較すると、焼く約80%、煮る約80%、揚げる約50%に対し「ワカメ入りつみれ汁」の煮汁は100%なのです。その上、ニンジンとショウガは抗酸化成分があります。これはEPA・DHAの働きを活発にする作用があります。高血圧が心配の方、「ワカメ入りつみれ汁」を試してみたらいかがでしょう。

30秒でチョットした情報通になれる



■赤ちゃんが誤飲する物の大きさは？

生後5ヵ月を過ぎると赤ちゃんはどんなモノでも口に入れるようになります。

その物の大きさはどのくらいか知っていますか？ 赤ちゃんの口は口径約4cm以内の物を飲める大きさです。赤ちゃんの周りからこの大きさの物を避けるようにするのが誤飲事故を防ぐ第一歩です。

■誤飲物は固形物か？

では、誤飲事故で口に飲み込む多い物は何でしょうか？ 誤飲事故というと固形物が多いと判断しがちですが、違います。東京都生活文化局 消費生活部生活安全課の誤飲事故の資料によると第1位は「紙類(ティッシュ、新聞紙、チラシなど)」、以下「シール」、「医薬品」、「タバコ」、「シャボン玉液」、「ビー玉」、「ペットボトルのふた」と続きます。

「紙類」「シール」その他にビニールの破片などがあります。

「紙類」「シール」「ビニール」の誤飲はどんな事故なのでしょうか？

- おもちゃに貼り付いていたシールを誤飲して息が出来なくなり顔の色が紫になってしまい、手を入れて吐き出させているうちにシールが取れた。(1歳女の子)。
- 息子が突然コホコホして苦しそうにしていたので見ると、宅配サービスの広告紙が散乱していてその一部を口に入れていた。(0歳男の子)。
- 破けたビニールが喉に引っかかり息が出来なくなったため、119番通報した。一時は気を失った。(0歳女の子)。

(東京都生活文化局 消費生活部生活安全課の誤飲事故報告事例より)

「紙類」「シール」「ビニール」は、固形物と違うのでついつい見逃しがちになってしまいそうです。



これらが喉に詰まると窒息する危険があります。散らかしていた「紙類」「シール」「ビニール」は赤ちゃんにとっては凶器になるのです。

注意しましょう。

株式会社24時間通信

〒003-0826 札幌市白石区菊水元町6条3丁目6-46
TEL 011-871-2455 FAX 011-871-2444

12年
10月号

30秒でちょっとした情報通になれる



10月のトピックス

豪雨

1㎡に100ミリの雨が降ると
雨水の重さは何kgになるか？

東海地方で激しい雨 落雷で火災、停電や浸水も

東海地方は11日未明から明け方にかけて、大気が不安定な状態になり、局地的に雷を伴う強い雨に見舞われた。愛知県一宮、西尾両市で1時間あたり約70ミリの非常に激しい雨を観測。愛知県内では、落雷によって火災のほか、計約3万3400世帯が1分から最長で4時間27分間停電し、住宅への浸水も相次いだ。

各地の地方気象台によると、愛知県内では一宮市で1時間に69.5ミリ、西尾市で69ミリ、名古屋市で30.5ミリを観測したほか、岐阜県内でも、美濃市で1時間に41ミリの激しい雨となった。美濃加茂市と郡上市でも1時間に32.5ミリの雨を観測した。

朝日新聞 DIGITAL 2012年9月11日

■集中豪雨はなぜ災害を起こすのか？

ここ数年、突然、強風が吹きだし、黒い雲が空に広がって豪雨が襲ってきます。あっという間に川が氾濫したり、山間地で地滑りしたり、住宅地で家が浸水したりします。このように雨は一挙に一地域に降ると災害を起こします。どうして災害になるのでしょうか？ それは膨大な水が溜まるからなのです。降水量100ミリとは10cmの水が溜まるわけです。例えば1㎡に10cmの水が溜まるとどのくらいの重さになるのでしょうか？

■降水量70ミリの水の重量は？

1辺が10cmの立方体の容積は1ℓになります。1㎡はその100倍ですから100ℓになります。1ℓの重さは約1kgにですから10ミリの降水量は1㎡に約100kgの重さの水が溜まることになります。上記の一宮市の降水量70ミリで溜まった水の重さは1㎡に約700kgになります。一宮市の面積は約113,000㎡なので約700kg×113,000=79,100,000kgの雨が溜まったことになります。これは79,100tになります。このように集中豪雨は、恐ろしい量の水が溜まるのです。川が氾濫したり、家が浸水したりするはずですよ。