



### 未曾有の災害にも負けずに残った『根性の家』

岩手県の北東部、北上山地の沿岸部に位置する、九戸郡野田村。2011年3月11日の東日本大震災では震度5弱の揺れと大津波に見舞われ、村のおよそ3分の1に及ぶ478棟の家屋が倒壊しました。(岩手県災害対策本部8月10日発表) 桜庭様のお宅があるのは、かつて「野田本町」と言われた野田村の中心部。海岸からは1キロあるかないかの場所で、周辺には300戸ほどの住宅が建ち並んでいました。とはいえ一帯の家屋は津波に押し流され、悲しいことに震災後に見る影もありません。

3月11日、桜庭さんご夫妻は自宅で遅い昼食をとろうとしていた時、あの地震に遭いました。「今まで経験したことのない揺れに、これは危ないと思い、すぐに車で久慈方面に避難しました」とご主人。室内にいて地震による被害はなかったものの、窓の外を見て揺れの大きさに驚いたそうです。小さい時から「大地震が起これば、津波がくる」と両親から教えられていたというご主人。そのとっさの判断が、ご夫妻の生命を守ったのです。しかし、もちろんお二人とて、直後にあのような大津波が襲ってくるとは思いませんでした。現にその時は「久慈に行けば、ご飯を食べられる」くらいの気持ちで家を離れ、我が家の存在をその目で確かめられたのは、震災から実に3日後のことだったのです。

### 目を覆う惨状のなか、ただ1軒、津波に耐え抜いて

ご主人がいとこと2人、ガレキをかき分けながら我が家にたどり着いたのは、4日目のこと。しかし、その惨状は目を覆うものでした。奥様がショックを受けるのではないかと、ご主人はデジカメに収めた写真を見せるのをためらったほどだったのです。

1階部分には、余所の家のトタン屋根や車、さらに海岸の防潮堤にあった松林の松の木がぶつかって、ひどく損壊していました。壊れた開口部からは家財道具がすべてさらわれ、その代わりに流れ着いたガレキで出入口は塞がれていました。外壁や内壁には床から120センチほどの高さまで浸水の汚れがあり、建物の基礎高が地面から45cmの設計でしたので、津波の高さは165センチを優に超えていたのです。しかし、周囲の建物が津波にのみ込まれたなか、桜庭さんのお宅だけは、同じ場所に傾くこともなく、しっかりと残っていたのです。

その後、すぐに連絡が取れたFPの工務店は、ガソリンの手配がつき次第、駆けつけました。そして建物を見た社長は、力強くこう言ったのです。「直せば入れる！」その一言は、途方に暮れていた桜庭さんご夫妻を、どれだけ勇気づけ、安心させたことでしょう。

かくして桜庭様邸の再生計画は始まりました。  
周辺ガレキ撤去、家の水抜き作業…。

震災から2カ月で電柱が建ち、2~3週間で電気が復旧。  
6月からスタートした改築工事は2カ月余りで終了し、



桜庭さんご夫妻は以前の暮らしを取り戻したのです。

## 人と住まい(予防医学住環境)講座

山本里見(東北住環境研究室代表 工博)

### 家庭内事故を防ぐ

#### ○台所(キッチン)での事故防止

キッチンは複雑で危険な仕事をする場所ですから、事故がおこっても不思議ではありません。家庭内事故の23%がここでおきているという報告もあります。やけど、火災が主になります。

いろいろな仕事をする調理台の上に先のとがった刃物がおいてあり、目の前でガスが高温で燃えているのに保護・防護柵もなく、おまけに、その上のフライパンで180℃の油でテンプレをあげています。調理だけでなく、調理台の下、戸棚から皿などを出すために人は始終動いています。

先のとがった包丁が滑りやすいステンレス板の上においてあり、そこでまな板・皿・なべなどを移動させるのですから、いつ落ちてもし不思議ではありません。その下に足があればどうなるでしょう。一仕事ごとに片付ける習慣がものをいいます。

まだ多くのキッチンではガスレンジが使われ、そこではガスが燃えています。ガスが燃えています。ガスの炎をよく見ると、バーナー出口とその外側や先端の部分(なべに近い部分)とでは色が違います。ガスの炎の温度は、外側部分、すなわち外炎では1400~1500℃だそうです。こんな高温のすぐそばで、みなさんは夏には肌を出したまま、冬には火がつきやすい毛羽立ったセーターなどを着たまま調理しているのです。

昔のガスの炎には赤い炎が混じっていたので、“炎があるな”と、その存在に気がつきやすかったのです。しかし、今のガスコンロは熱効率をよくするために、完全燃焼に近い状態で燃えるように改良されているので、青い炎しか見えません。一方、人は高齢者になると青色が見にくくなります。ですから、ある調査ではキッチンでやけどをした、やけどをしそうになった経験をもつ人が二人に一人もいるし、衣類に火がついて亡くなる方も高齢者を中心が多いのです。

キッチンはこんな場所なのに、システムキッチンを選んだり、あまり注意を払わずに調理をしているのが現状です。炎の危険から身を守りたかったら、炎なしで調理できる台所にすればいいのです。IHクッキングヒーターは皆さんを炎から守るための調理器具なのです。多くの機能がついて便利です。掃除もしやすいのですが、最大の効能は“安全”でしょう。そのほかに、使いにくいキッチンという不満も多いのです。これも不便だけでなく、事故につながります。

#### キッチンで高齢者が感じている不便や危険

- ※ピン・缶などがあげにくい
- ※戸棚にしまったものを探す
- ※調理台が高すぎる
- ※食器などの収納棚が高い
- ※足元が寒い
- ※熱湯・火の取り扱いへの不安

今回は「家事・やけど防止」について考えます。



IDO 携帯端末

《 iPad 使用開始! 》

20年位前になるでしょうか、今のように「携帯電話」が一般的になる前にこんな携帯電話を使用していました。（「電話」と言うよりは「無線機」？）まだこの頃は「ポケベル」が主流だったような気がします。この機種は、日本移動通信（IDO）の携帯端末。業務上、建築現場の近くに「公衆電話」が無い場所にあつては、その場で各業者さんと段取・連絡が付き重宝したように思います。

時は流れ。今ではお年寄りから小学生までもが、携帯電話一台で文書・写真・動画を相手とやり取り出来る「情報取得社会」になりました。便利と言えば便利になりました。しかし、ネット社会を見るにつけ様々な価値観や思いで作られた情報ソースが「氾濫」と言っても良い位に情報過多な社会になっているとも考えます。

今回、あたらし物好きでない私も「PC型端末」の「iPad 2」を使い始めました。一度「最先端」を走ってみようと思ったからです。これはお客さまや友人と、その場で同じ情報を同じ時間に共有することを考えています。この端末は基本機能としてメール送信、写真・ビデオ撮影、相手と使用環境を合わせるとビデオ電話、マップ機能では車の「ナビ」の代わりにもなります。また自宅PCと同じソフトを共有する事で、忘れてきたデータなどをこちらで「遠隔操作」を行ない手元で再現する事も出来そうです。まだまだ可能性はわかりませんが、Try していきたいと思ひます。

でも、「情報」は一つの部品。それを取りまとめ何らかの「答え」を出すのはその人自身。やはりどこまで行っても 人 と 人。Face to Face の社会で有りたいと思ひます。（雑 コミュニケーション 考 でした。） K.



iPad 2 PC型携帯端末

気になる 放射線の影響を防ぐ日常生活の知恵

収穫の秋を迎えて、主食の米などの食品に含まれる放射線が心配です。特に、子どもは放射線感度が高いので、安全なのはどの程度なのか気になります。普段の生活で、放射線による影響を少なくしましょう。

食事

- 23年産の米は白米に精米したものを。  
玄米や胚芽米は胚芽の部分に放射性物質が含まれる可能性があります。
- カリウムの多い食品(いも類や豆類、海藻類、ナッツ類)を。  
身体の中にカリウムが満たされていると、セシウムが入っても、取り込みにくくなるという説があります。
- 野菜は、よく水洗いしましょう。  
子どもに安心して食べさせられる食品は、1kgあたり10ベクレル(放射性ヨウ素、セシウム)以下のもの。

生活

- バランスのよい食事、休養と運動、そして毎日を明るく過ごす。  
放射線による遺伝子のキズを修復する力になります。
- 家の中のセシウムを減らすには掃除がいちばん。  
放射性物質は、黄砂よりも花粉よりもちいさな、目に見えない粒なので、綿ぼこりのたまりやすいところにはたまっています。

原発はなくせる？

今まで、原発がなければ電力が足りなくなると思っていました。 「原発がなくても電力は足りる！」という本を本屋さんで売っていましたので、買いました。他にもいろいろ読みました。火・水力発電、自然エネルギーの活用で電力はまかなえるのです。日本には、波の力でも利用できるような最先端の技術があるのに、今までは原発重視だったために活かされていないということです。莫大な費用をかけて建設して、事故が起きたら計り知れない程の被害を及ぼす原発は、いらないと思ひます。

テレビや新聞だけでなく、いろいろなところから情報を集めて自分で考える事が、大切ですね。

太陽熱・風力・水力・地熱・バイオマス・波力などいろいろな発電方式を考えながら、これからは使いたいだけ電気を使う生活から、使えるだけの電気を使う生活へ頭を切り替えていきたいですね。

