

私、山本雅英より大切なあなたへお届けします

すまいる通信

〒581-0883 大阪府八尾市恩智中町2-125 株式会社エーケン 電話 072-943-6035 2010年12月号

子どもの事故を防ぐ「キッズデザイン」

不慮の事故を未然に防ぐ

子どもの事故を防ぐことに狙いを定めた製品開発に力を入れる企業が増えてきました。キッズデザインと呼ばれる取り組みで、家庭で使う日用品や家電、おもちゃなど、子どもを取り巻くさまざまなモノやコトに生かされています。

キッズデザインが注目されるのは、1960年代から現在まで、子どもの死因の第1位が「不慮の事故」であるからです。その大半が好奇心や想定外の行動によって起きているため、事故防止に配慮した安全なデザインの製品開発を国が後押しすることになりました。

蒸気の出ない炊飯器も登場

子どもの事故は過去に起きた同じような例が繰り返されるといって特徴があります。例えば、1〜2歳ではイスや階段、テーブル机周り、3歳以上では自転車や遊具での事故が多くなる傾向があります。

キッズデザインはこうしたデータを分析し、製品開発段階で事故防止を試みています。例えば、自転車の事故を防ぐためにはヘルメットの着用が有効ですが、サイズが合っていないと、かえって安全性を損ねてしまいます。そこで、採寸用の器具を使って子どもの頭にピッタリ合うヘルメットを店頭で選べるようにしたところが増えてきました。

また、過去10年に起きたヤケド事故では、炊飯器やポットの蒸気に触れたことによるものが多いことから、蒸気を外部に出さずに炊飯できる炊飯器が開発されました。蒸気によるヤケドの危険がなくなるばかりでなく、棚に収納したまま使用できる利点もあります。

倒れてもこぼれないキャップ

1人で飲み物を飲み始めるようになった子ども向けに開発された製品に、ペットボトルなどに装着するシリコンキャップがあります。

万が一、ボトルが倒れても、中身をこぼさないだけでなく、楽な姿勢で飲むことができるのが特徴です。子どもが飲み物を安全に飲めるようにすることはもちろん、胃に入るべきものを気管に入れてしまう高齢者の誤嚥（ごえん）防止に役立てることもできます。子どもの視点で考えた「安全・安心」対策を施した製品が、時には高齢者を守る手段として活用できるのもキッズデザイン製品のメリットでしょう。

少子高齢化が進む中で、子どもにもお年寄りにも安全に使える製品を普及させることは「思いやり」を形にすることもいえそうです。



健康そうだん室

インフルエンザの予防法

免疫力保つ生活を心がける

■ 2週間分の水と食料を

インフルエンザを引き起こすウイルスは、咳やくしゃみなどの飛沫（ひまつ）から喉

や鼻、気管などの呼吸器の細

胞に取り付く「飛沫感染」、吊り革などの汚染された環境を介した「接触感染」、空気感染」を主な経路としています。

もしも、近隣で流行している場合には、できる限り家から出ないのが賢明です。このため、国のガイドラインは2週間分の水や食料を備蓄するように呼びかけています。

● 手洗いやうがいの励行を

日常生活では、外出後の手洗いやうがいを必ず行うことに心がけましょう。バランスの良い食事、適切な温度や湿度を保つこと、疲労をためないように十分な睡眠をとることなども大切です。これらは、いずれも、免疫力を保つ効果があるからです。

マスクも病原体の侵入を防

ぐのには有効ですが、人が込み合っている場所以外では、必要性は低いとされています。しかし、インフルエンザ症状のある人が早めにマスクをすることは、広がりを防ぐ効果が高いと考えられます。

● アルコールでふき取る

屋内での環境整備は通常の清掃や換気で十分といわれています。明らかに症状のある人が触れたドアノブや、咳、くしゃみが飛び散った場所などをアルコールで丹念にふき取ることは有効です。

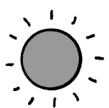


家事の知恵

厚手の服を早く乾かすには

今年の夏の記録的な猛暑の記憶もどこへやら。外出時のダウンジャケットやコート類が手放せない寒さになりました。最近では保温効果の高い肌着がヒットしていますが、この季節には厚手の服も重宝します。しかし、トレーナーやスエットスーツなどは晴れの日でもなかなか乾きにくいもの。洗濯物の乾きが遅いと、家事の進行が遅れるのでストレスもたまりがちです。

こんなときには、揚げ物の調理などに立てかけて使うレンジガードが役立ちます。洗濯物を普通に干した後、干した服の下の地面に広げたレンジガードを敷くだけです。天気の良い日であれば日光が反射し、服の上下から日が当たるので乾く時間が非常に早まります。好天の日にお試しを。



がんたん レシピ エリンギの卵とじ



木オ米斗



【4人分】

- ・エリンギ……………150g
 - ・ゴボウ……………1/2本
 - ・ちくわ……………2本
 - ・卵……………4個
 - ・ねぎ……………10cm
- ・だし
 - だし汁……………2カップ
 - しょうゆ……………大さじ4
 - みりん……………大さじ4
 - 酒……………大さじ2

キノコは秋から冬にかけて、さまざまな料理を彩ります。最近では、欧州原産で、独特の食感があるエリンギ人気が高まっているようです。加熱してもコリコリした食感が失われないので、和洋中のジャンルを問わず、さまざまなメニューに活用されています。今回は冬の食卓に良く合う煮物をご紹介します。柳川風の卵とじで、食感と旨味を楽しみましょう。

- ①ゴボウはピーラーでささがきにし、酢水にさらして水気をきる。
- ②エリンギは縦半分にし、さらに放射状に切る。長いものは半分に切る。ちくわは縦に4等分し、長さを半分に切る。
- ③フライパンに、だしを入れて火にかける。煮立ったら①を入れ、5分ほど煮る。
- ④③にエリンギとちくわを交互に放射状に並べ、さらに煮る。
- ⑤卵2個を溶きほぐし、④に回し入れてフライパンをゆすりながら煮る。煮えたら軽く溶いた卵2個を回し入れ、半熟に仕上げる。
- ⑥ねぎは小口切りにし、ふきんに包んで水洗いし、絞る。
- ⑦器に⑤を盛り、⑥をのせる。お好みで粉山椒を振ってもよい。



【ポイントメモ】

フライパンの代わりに、直火にかけられる浅い土鍋を使えば、器に移す手間が省けて便利。エリンギを選ぶときには、カサが薄い茶色で、開きすぎていないもの、軸が白くて弾力があるものを。

ビューティー サロン



筋肉ほぐす、ゆらし運動

同じ時間を使う運動なら、体幹の筋肉を動かすほうが消費カロリーを増やすのでダイエットに役立つという報告があります。

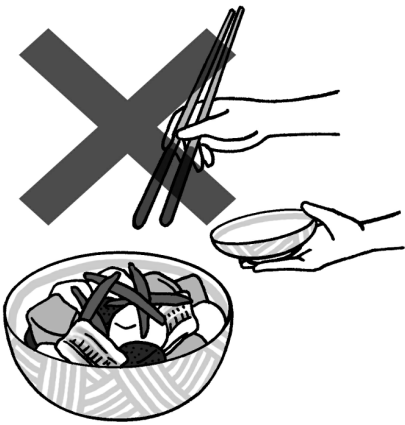
手軽にできる運動としてお勧めなのが、筋肉をほぐす効果のある「ゆらし運動」です。あおむけになった状態で両腕、両足、腰などをゆらゆらと動かすと、普段動かさない筋肉が少しずつ動かせるようになります。大切なのは「体をゆっくり動かす」こと。次に、うつぶせになり、両膝を90度に曲げた姿勢で、そろえた両足を左右に交互に倒します。さらに、四つんばいで円を描くように体全体を回します。そのまま、お尻をかかと近くまで引いたり体を突き出したりする動きを組み合わせるとよいでしょう。



マナーの壺

逆さ箸はOK? NG?

年末年始は会食の機会が増えます。和食をいただくときに知っておくと役立つポイントをいくつかご紹介しましょう。



■逆さ箸はとり箸として使える? =逆さ箸は手で持つ部分で食べ物をとることになるので失礼とされています。気になるなら、とり箸用にと断って、もう一膳もらいます。しかし、同席の人が先に逆さ箸をした場合には、それに従うほうが無難でしょう。

■ようじを使いたい =用意されていても、人前で使うのは控えたいですね。しかし、どうしても気になるなら、片方の手で口元を隠しながら、目立たないように手早く使うようにしましょう。

■懐紙を切らした =口元を隠すときは左手に白っぽいハンカチを持って代用します。ティッシュはふき取る場合以外はNG。

山本雅英よりひと言

引き締まった気持ちで臨んだ私の当たり年。

この寅年も、もうひと月を切りました。

なんと? 一年で、こんなに早いのでしょうか

か?! また、歳をとってしまったと思うのは

中年の嘆きかも知れませんか?

我が息子も高三で大学受験勉強に毎夜遅く

まで頑張っております。親として余り勉強しろ

と言わなくても頑張っている姿をみて応援し

たくもなりますが何もできずにいます!

ただ、早く寝て静かな環境を提供する位が私

の協力だと思っているこの頃。へ笑い

この山場をうまくパスすれば、まさしく新しい

春が、我が家にやってくるのでしょうか?

まあ、世の中の景気は政界の先生方の答弁

(おとなのケチのつけ合いともいう)を聞いて

いても期待感薄いし...。家族平和が実現

できれば、それでヨシ!なんです。

そのためには、もっとしっかり仕事をせねば

と自分にプレッシャーをかけているものつい

神にすぎる思いでいるのが悲しいところ。で

もまずは、健康!何かと年末は、特に気が急ぐ

ものですが、お体には十分「自愛のほどよろしく

お願いします。



季節のMEMO

除夜の鐘

紅白歌合戦を見た後、近所の寺に鐘を突きに行く習慣を続けている方が多いのではないのでしょうか。大みそかは「除夜」と呼ばれるため、この日の夜に突き鳴らされる鐘を「除夜の鐘」といいます。よく知られているように、人間の108の煩惱(ぼんのう)を1つずつ消し去るために、108回突きます。半分の54回を弱く、もう半分の54回を強く突くのが習わしです。108という数字には1年12カ月、24気、72候を合わせたものであるという説もあります。

今年も一年間 この「すまいる通信」を通じてお付き合い有り難うございました。新しい年も、たくさんの方に愛読して頂けるように頑張りますので宜しくお願い致します。

- 発行：株式会社エーケン
- 担当：山本雅英
- 住所：〒581-0883 八尾市恩智中町 2-125
- TEL：072-943-6035
- URL：<http://www.e-ken.co.jp>
- e-mail：m.yamamoto@e-ken.co.jp

【エーケンの住まいるブログ】どしどし更新中!
是非一度覗いて下さいネ!

エーケン

検索

書き込み、感想お待ちしております!~す!

※配信の停止を希望される場合は、弊社までご連絡ください。