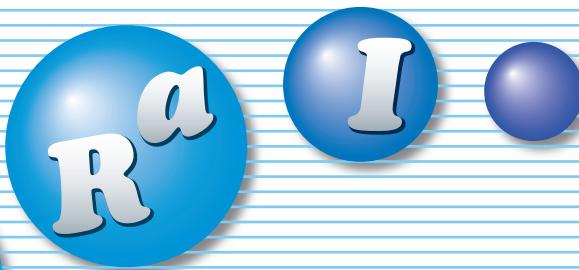


Mild & Radical
Information
for your life!



夏号 Vol.71

発行／公益社団法人 東京電気管理技術者協会
東京都千代田区麹町5-1 NK真和ビル2階

まもるくん

てん犬くん



▲式根島・泊海水浴場（東京都）

写真提供：（公財）東京観光財団

竹芝桟橋から高速ジェット船でおよそ3時間の東京都新島村式根島は、外周およそ12kmの小さな島。ほぼ手付かずの自然が残っていて、リアス式の海岸は白い砂と青い海が美しく、いろいろな魚介類も見られます。海水浴場の人気No.1は岩に囲まれた入り江が特徴の「泊海水浴場」。式根島では、海岸の岩場に湧きだす「地鉱温泉」や「足付温泉」も有名です。



法人化50周年記念企画 Vol.3

◆TIME TRAVEL NIPPON 1970～1971 Vol.3

グッドパートナー拝見

てん犬くんと走る
あなたの街の聖火リレー in 東京

てん犬くんが選ぶ—
関東 自慢のおみやげ BEST50
まちがい探し

てん犬くんの
おしえて！電気のこと「Q&A」

◆新しい生活様式でも 熱中症対策×コロナ感染予防を！

読者の広場

★★★てん犬くんのかわいい★★★ 似顔絵 ありがとう!!



▼千葉が誇る伝統工芸「房州うちわ」（館山市・南房総市）



TIME TRAVEL

NIPPON 1970-71 Vol.3

東京電気管理技術者協会が誕生した1970年から50年。半世紀前の日本はどんな時代だったのでしょうか。50周年を記念して、当時の日本を紹介するこのシリーズの第3回は、1970~71年に誕生し、今も元気なものを取り上げて、当時を思い起こしてみます。

それまでなかった大ヒットが続々誕生



子供時代の記憶がよみがえる

れると子どもたちの間で人気が爆発。1979年にはテレビアニメが始まり、1980年からは映画化も始まっています。コミックスは全45巻発売されていますが、1970年の連載スタート時に各学年別に6種類の第1話が存在したことなどがわかり、その幻の第1話全作と創作秘話まんが、連載開始当時の背景の解説などを収録した『ドラえもん』0巻が50周年を記念して発売され大ヒット。大喜びしたのは、もちろん当時子供だった大人たちです。



▲初代「トミカ」とパッケージ 写真提供:株式会社タカラトミー

2020年、藤子・F・不二雄氏作の『ドラえもん』が連載開始から50周年を迎えました。1970年に小学館の学年別学習雑誌の掲載からスタートし、1974年に単行本化されました。

今も親子三代にわたって人気のミニカー「トミカ」が誕生したのも1970年です。「日本の子どもたちに国産車のミニカーで遊んでもらいたい」と、実際に街を走っている車をモデルとし、新型車の登場や自動車のトレンドの変化に合わせてこれまでに1080以上の車種を発売、累計販売台数は6億9000万台を超えていました(2021年4月現在)。現在も毎月第3土曜日に2車種ずつ発売しながら、常に定番140種をラインナップし、近年では人気のキャラクターなどとコラボした「ドリームトミカ」シリーズやハイディテールコレクションモデル「トミカプレミアム」シリーズなども加えラインナップを拡大。専門店「トミカショップ」も展開して、ますます元気な「トミカ」です。



▲『ドラえもん』0巻 ©小学館



▲発売当時の「マンダム」シリーズ
写真提供:株式会社マンダム



大ヒットはCMから

同じく1970年に誕生したのが、花王のヘアケアブランド「メリット」です。当時は洗髪頻度が週2~3回程度という時代。「頭髪を清潔に保ちたい」というニーズに応えるべく、「フケ・かゆみをおさえる」という機能を持ったシャンプー「メリット」が誕生しました。容器も、それまでは両手を使わないと開けられないねじ式キャップが主流でしたが、押し上げるだけで液が出せるデザインを採用し、これもヒットのひとつの要因でした。以来、改良、進化を重ね、シリーズ累計販売本数は6億本を超えるといいます。

同時期、ライオンのヘアケアブランド「エメロン」から「エメロンクリームリンス」が発売され、街中で美しい髪の女性に「ちょっと後ろを振り向いてください」と声をかけるCMが人気となり、商品も大ヒットしましたが、エメロンはすでに生産終了となっています。

チャールズ・ブロンソンの「う~ん、マンダム」で一世を風靡した男性用化粧品ブランド「マンダム」が誕生したのも1970年。丹頂株式会社は経営危機寸前の中、社運を賭して「マンダム」

ブランドを発売。当時では考えられない現役ハリウッドスターを起用し海外で撮影したTVCMで瞬く間に認知を拡大して大ヒットとなり、翌年、社名も株式会社マンダムへと変更したのです。CMソング「男の世界」も印象的なそのCMの監督を務めたのが、映画監督の大林宣彦氏。奇しくも「マンダム」ブランド50周年の年に大林監督の訃報が届いたのは皮肉です。現在も「ギャツビー」や「ルシード」といったメンズブランドとともに、発売当時のイメージのまま「マンダムシリーズ」も現役です。



▲発売当時と現在の「メリットシャンプー」
写真提供:花王株式会社



超高層ビル時代の幕開け

いまから50年前の1971年6月5日、日本初の超高層ホテルとして新宿区西新宿に「京王プラザホテル」が開業しました。当時としては世界一の地上170mの高さで、京王プラザホテルの竣工を皮切りに次々と高層ビルができ、西新宿は高層ビル群の代名詞となります。しかし、ホテルが建ったのは10万坪を超える広大な淀橋浄水場の跡地で、ホテル建設当時はまだ周りに空き地が広がっていました。

ホテル開業より先の5月には、最上階の47階に展望室「スカイプロムナード」がオープン。これまでにない地上170mからの眺望は大人気となり、初日の来場者は1万人を超え、入場待ちの列が新宿駅まで続くほどだったといいます。来場者は半年で100万人を超え、5年間で約415万人を数えました。1991年の都庁移転とともに展望室はパンケットルームへと改装されましたが、今も地上170mからの見晴らしが利用者の目を楽しませています。

今や200mを超える超高層ビルも珍しくなく、2027年には都内に高さ390mのビルも誕生する予定です。都会の風景もこの50年で大きく様変わりしました。



▲開業当時の「京王プラザホテル」
写真提供:株式会社京王プラザホテル

グッド パートナー拝見

Good Partner Relations

当協会の会員が担当しているお客様をご紹介するこのコーナー。技や品質、歴史や心意気など、きらりと光るその個性で、明日に繋がる事業を展開するお客様をご紹介します。

<https://www.atago-jinja.com/>

愛宕神社 アタゴジンジャ

時代に応じて「変わることで 神社を身近に感じてほしい

東京23区内で自然の地形としては一番高い標高約26mの山の頂にある愛宕神社は、1603(慶長8)年に徳川家康の命により防火の神様を祀る神社として創建されました。



▲大鳥居と「出世の石段」

神社正面の86段の急な石段は「出世の石段」と呼ばれ、3代将軍家光の前で曲垣平九郎が馬で一気に駆け登り、梅の枝を手折

って家光に献上し、名を馳せたことに由来します。勝海舟と西郷隆盛が愛宕の山から江戸市中を見渡し、江戸城無血開城が話されたなど歴史秘話は枚挙にいとまがありません。

その愛宕神社で、宮司を補佐する禰宜を務めるのが松岡由里子さんです。神職に女性は多くありませんが、最近では徐々に女性も増えつつあるそうです。

「先代の娘として愛宕で生まれ育ちましたので、漠然と神職につくと思っていましたが、キリスト教系の学校に通い他の宗教を知ったことで決意が固りました。その前に社会の仕組みを知ることも重要と考え企業に勤務し、仕事の進め方などのほか、さまざまな人の考え方などを知ることができ、その経験がいま大いに役立っています」

神職は、昔は「言挙げをせず」と言われ、言葉で伝えようとするより一生懸命神様にお仕えすれば人々に通じるとしていました。しかし松岡さんは、話さなければ何も伝わらないと積極的に発信することを心がけています。同じ神職である姉の発案でホームページやインスタグラムも開設しています。



▲丹塗り門をくぐると、福が身につくと言われる「招き石」がお出迎え

●禰宜
松岡 由里子氏



「ホームページは1996年に開設、どこよりも早かったと思います。神社に興味を持ってもらうために、バーチャルでの参拝やおみくじの仕組みも取り入れました。否定的な意見もありましたが、時代に相応して神社も新しい方法を取り入れなくては」と松岡さん。

神明奉仕の日々に休みはなく、6月23・24日の「千日詣りほおづき縁日」、9月22~24日の「例大祭」は規模を縮小して行う予定です。行事以外でももっと気楽に神社にお参りし身近に感じてほしいと、日ごろから努力を惜しまない松岡さんです。

* * *

松岡さんは来訪者に盛んに話しかけるなど、親しみやすい雰囲気づくりに務めています。インスタグラムなどにも積極的で、さすが洗練された都心の神社だと感心しています。私も現状に甘んじず頑張らなくてはと励まされるとともに、できる限り協力をさせていただきたいと思っています。

電気管理技術者／神奈川支部 櫻井 忠

▼朱塗りの「丹塗り門」と神殿



愛宕神社

東京都港区愛宕1-5-3
TEL.03-3431-0327



駅名“たんけん”隊 特別企画

あなたの街の 聖火リレー in 東京

2021年3月25日に福島県から新たなスタートを切った聖火リレー。最終ゴールを目指し、7月9日から東京でのリレーがスタートし、7月23日まで東京全62市区町村をくまなくめぐります。

多摩地区 西部

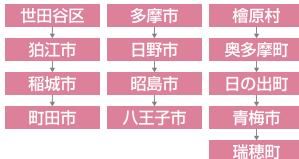
1964年の東京オリンピックで競技会場だった世田谷区の「駒沢オリンピック公園」陸上競技場をスタートして、世田谷区の隣の狛江市から東京都最西端の奥多摩町へ、そして瑞穂町に向かいます。



●駒沢オリンピック公園
(オリンピック記念塔と
陸上競技場) / 世田谷区

見所!! 奥多摩エリアには「奥多摩湖」や「御岳渓谷」「日原鍾乳洞」、日本画の巨匠・川合玉堂の「玉堂美術館」など見所や遊び所がいっぱい。昭島市と立川市に跨る広大な「国営昭和記念公園」や八王子市の「高尾山」、稻城市の遊園地「よみうりランド」や日野市の「多摩動物公園」もおすすめです。

7月9日 7月10日 7月11日



●御岳渓谷(青梅市) ©(公財)東京観光財団

島しょ部・ 武蔵野 地区

調布市の「深大寺」を出発し、伊豆諸島から世界自然遺産に指定されている小笠原諸島まで、全ての島しょ地域を聖火が訪れた後、多摩地区東部2市と23区西部3区を巡ります。



●メガネ岩(三宅島) ©(公財)東京観光財団

見所!! 神津島は日本有数の「ダイビングスポット」。利島ではイルカと遊ぶ「ドルフィンスイム」が評判です。三宅島の「メガネ岩」、新島の「モアイ像」、式根島の「泊海水浴場」、大島の「三原山」、御蔵島の「御代ヶ池」、ハ丈島の「ハ丈富士」、青ヶ島の「星空」、「東洋のガラパゴス」小笠原の自然と見所はつきません。

23区 南部

1日目は江東区の「富岡八幡宮」から大田区、品川区へ、2日目は目黒区から渋谷区・港区を巡り、最終日は「東京都庁」が出発地、そして最終ゴールです。

見所!! 「富岡八幡宮(深川八幡宮)」は江戸最大の八幡宮。渋谷では聖火が「代々木公園・オリンピック記念宿舎」前を通る予定で、港区のリレー到着地「芝公園」のすぐそばには「東京タワー」と「増上寺」があります。新宿区では都庁から聖火が向かう神楽坂の風情のある「かくれんぼ横丁」も見所です。

※ルート概要、実施市区町村の順番などは、今後変更となる可能性があります。



●東京都庁(新宿区) ©(公財)東京観光財団

多摩地区 東部

羽村市から東京都の中央部に位置する多摩地域東部の15市をつなぎ、オリンピック自転車競技のスタート地点「武蔵野の森公園」がある府中市へと向かいます。

見所!! 武蔵村山市の「野山北・六道山公園」は都立最大の都市公園。国分寺市の聖火リレーの到着地「お鷹の道・真姿の池湧水群」は名水百選のひとつです。東大和市の「多摩湖」は新東京百景のひとつ。小金井市の「江戸東京たてもの園」、府中市の「東京競馬場」と「JRA競馬博物館」も人気です。



●多摩湖(東大和市)

7月12日 7月13日 7月14日



●東京競馬場(府中市)

23区 北部

豊島区の池袋西口公園「GLOBAL RING」をスタートし、荒川・隅田川沿いの各区、「皇居」のある千代田区を経て、中央区の「浜町公園」へと向かいます。

見所!! 劇場公園「GLOBAL RING」と「トキワ荘マンガミュージアム」は豊島区の新名所。葛飾区の「柴又帝釈天」と「フーテンの寅像」、墨田区の「東京スカイツリー」と「国技館」、台東区の「上野動物園」や「浅草」も見所。中央区では再開発の進む「日本橋」から目が離せません。



●トキワ荘マンガミュージアム
(豊島区)

7月18日 7月19日 7月20日



●東京スカイツリー(墨田区)

7月21日 7月22日 7月23日



●東京タワーと増上寺(港区) ©(公財)東京観光財団

房総半島に位置する千葉県。東には九十九里浜が続き、利根川を隔て茨城県、江戸川をはさんで埼玉県・東京と接しています。千葉県市原市田淵の地層に地球磁場逆転地層があることから、2020年、約77万4千年前から12万9千年前までの地質年代が「チバニアン(千葉の時代)」と名付けられ、大きな話題になりました。

古代、黒潮海流に乗ってやってきた四国阿波の人々が上陸し、阿波で栽培された総(麻の古語)を育て、この地を「総の国」、阿波の人たちが住んだ場所を「安房」と名付けたと伝えられ、都に近いほうが上総、遠いほうが下総と呼ばれるようになりました。昭和も戦後になると京葉工業地帯が作られ、その後、成田空港やディズニーランドが開業。平成に入ると東京湾アクアラインも開通し発展しますが、その一方、のどかな田舎の風情も残り、遺跡や古刹・旧跡も多い千葉県。そのおみやげにも千葉県らしさがよく表われています。



日本酒蔵元が造る地ビール(山武市)
「KUJUKURI OCEAN」

1883(明治16)年創業の老舗の寒菊銘醸。良質な酒米に、敷地内にある樹齢200年超の柿の大木の根元に湧き出る中硬水を仕込み水にした日本酒は多くの賞を受賞しています。その日本酒作りの技と作り手の個性から生まれたビールが「KUJUKURI OCEAN」。ヨーロッパ各国で探し求めた麦とホップに、日本酒と同じ名水を使い、濃厚なドイツ風クラフトビールを造りました。バイツェン、スタウト、ピルスナーなど種類も豊富で、世界6カ国で販売されるほどの人気です。



写真提供:寒菊銘醸



和菓子の枠を超えた!(成田市)
「びーなっつ最中」

1899(明治32)年創業で、成田山新勝寺表参道で成田詣のお土産として羊羹を売り出し、上生菓子や焼き菓子など多くの和菓子をつくり続けてきた米屋。そして「和菓子の枠にとらわれずより多くのお客様に親しまれ愛される商品」として誕生したのが、餡に風味豊かなびーなっつの甘煮を合わせた「びーなっつ最中」。1998年に販売するや全国菓子大博覧会や日本ギフト大賞などで数々の賞を受賞。風味や食感、可愛らしい形が人気で、県内だけでなく全国の多くのファンに愛されている最中です。



写真提供:米屋



木桶で作る天然醸造の味(富津市)
「かすさむらさき特撰しょうゆ」

千葉県富津市の佐貫城の城下町で天保5(1834)年に創業した宮醤油店は、こだわりの醤油をつくり続けて187年。温暖な気候と良質な水に恵まれた南房総の地で、趣づくりから丁寧に手掛け、天然醸造方式でじっくりと醤油を熟成しています。旨味が詰まったバランスの良い正統派醤油は高く評価され、農林水産大臣賞など数々の賞を受賞しています。江戸時代からの木桶で醸造したキリとした味わいの昔ながらの醤油を味わってみませんか。



写真提供:宮醤油店

高級びわのピューレが
隠し味(南房総市)
「房州産びわカレー」

「房州びわ」の名で親しまれる千葉県の名産・びわは収穫量全国2位を誇ります。南房総市富浦町の道の駅はその名も「とみうら枇杷俱楽部」。全国



道の駅グランプリで最優秀賞を受賞した道の駅のレストランの一番人気が「房州産びわカレー」です。中辛カレールーに自家製高級びわのピューレを隠し味にしたフルーティでコクのある「びわカレー」は子どもにも大好評。その味を再現したレトルトの「房州産びわカレー」も、1ヶ月に700個売れるヒット商品で、おみやげにぴったりです。

写真提供:道の駅とみうら枇杷俱楽部

ご当地グルメNo1!(勝浦市)
「勝浦タンタンメン」

古くから漁業で栄えた勝浦市の海女さんや漁師さんたちが、冬に冷えた体を温めるために考えられたのが「勝浦タンタンメン」。醤油ベースのスープにラー油を多く加え、みじん切りの玉ねぎとひき肉を具材に、通常の坦々麺に使われる豆板醤や芝麻醤などは使いません。勝浦市のまちおこし団体である「熱血!!勝浦タンタンメン船団」が⁴2015年B-1グランプリ in 十和田⁵でゴールドグランプリを受賞したことにより全国区で有名になった勝浦タンタンメン。おみやげには船団監修の生麵やカップ麺をどうぞ。



写真提供:ONE勝浦企業組合



てん太くんが選ぶ 関東自慢の おみやげ ベスト 50



4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50



正



●正解者の中から抽選で20名さまに
特製クオカード(1,000円分)を差し上げます。

誤



左右の絵は、鏡像になっていますが、ちがいが5つあります。
みんなでチャレンジして、どしどしご応募ください。

応募先

〒102-0083 東京都千代田区麹町5-1 NK真和ビル2階

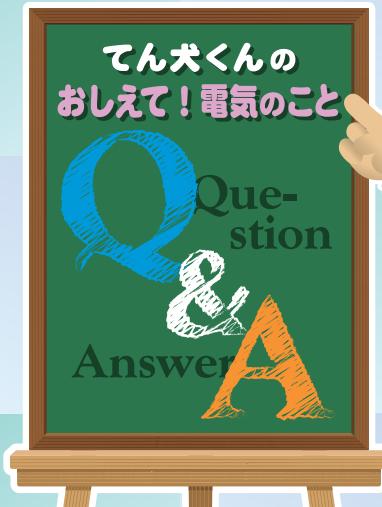
公益社団法人 東京電気管理技術者協会「MiRaI」まちがい探し係

※応募締切／2021年8月15日消印有効 ※発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

●ハガキに、①答え(5つ) ②お名前(ふりがな) ③郵便番号・ご住所(自宅)
④年齢 ⑤電話番号 ⑥担当の電気管理技術者名を書いて、

左記までお送りください。

※前号(Vol.70 春号)のまちがい探しの答え合わせは「読者の広場(裏表紙)」内に掲載してあります。



最近、TVで冷蔵庫の収納を紹介する番組をよく見ます。正しい冷蔵庫の使い方ってあるのでしょうか。



A. 収納の仕方も大切ですが、使い方しだいで冷蔵庫の省エネ効果は変わってきます。冷蔵庫の置き方や使い方、手入れの仕方を知ることで電気代も節約できます。



kanari-chan▶

私たちの暮らしになくてはならない冷蔵庫ですが、日本電機工業会（JEMA）は2018年、冷蔵庫が最も活躍する梅雨から夏への節目である6月の夏至の日を「冷蔵庫の日」に制定しました。この機会に、冷蔵庫の使い方を見直してみましょう。

10年前より収納力や機能がアップ

10年前の冷蔵庫と今の冷蔵庫の大きな違いは容量です。10年前は400ℓ前後が主流でしたが、最近は500ℓ以上が主流です。大型化によりまとめ買いもしやすくなっています。

さらに、チルドや氷温、パーシャルなど温度帯が充実し、湿度保持・細かな温度制御などにより生鮮食品の鮮度が長持ちするようになり、野菜室も高湿保存、栄養素アップ、エチレンガスを減らせるタイプなども出てきて、食品を無駄にすることも減らせます。

また、省スペース設計が多いのも最近の冷蔵庫の特徴です。



使い方で省エネ効果をアップ

①ドアの開閉は少なく、素早く

開閉が多いと冷気が逃げて電気が無駄になります。出し入れはなるべくまとめて素早くし、出し入れの頻繁な食品は手前に置くなどして開閉の回数や時間を減らしましょう。



②冷蔵室と冷凍室の詰め方に注意

食品を詰め込みすぎると冷却力が低下し余分に電気を使うことになります。目安としては、奥の壁が見える程度（容量の5～7割程度）が理想的です。

ただし、冷凍庫はなるべく隙間を作らずに収納したほうが消費電力を抑えることができます。

また、古いものを手前に、新しいものを奥に入れて手前から使うようにすると食品を無駄にせずにすみます。



③冷蔵庫の周りには隙間をあける

周囲に隙間がない状態で冷蔵庫を設置すると熱を放熱しにくく、消費電力が増えてしまうので、隙間をあけて設置します。直射日光の当たる場所やガスコンロなどの熱源の近くも避けましょう。



月に1度は定期清掃を

庫内の衛生を保つだけでなく、省エネのためにも定期的に掃除をしましょう。食品の整理もできて一石二鳥です。

冷蔵室・野菜室	薄めた中性洗剤を含ませた布で壁面などを拭いてから水拭きし、さらにから拭きをします。卵ラックやチルド・パーシャル室、ドアポケットなど、外せるものは外して洗います。チルド室にはアルミ箔を敷いておくとニオイがつきにくくなり、野菜室は底に紙を敷いておくと掃除がラクです。
冷凍室	壁面などは硬く絞った布で水拭きした後、から拭きし、棚やケースは取り外して洗います。
ドアのパッキン	歯ブラシや硬く絞った布で掃除します。汚れを放っておくとカビがはえたり臭ったりするだけでなく、パッキンが傷んで冷気が洩れる原因となります。ドアに名刺等をはさんでズリ落ちるようなパッキンを取り替えましょう。
自動製氷の給水タンク	給水タンクは週1回を目安に清掃して、水アカや雑菌の発生を抑えます。

年に1度は見えない部分もお手入れを

冷蔵庫の背面や底面は、放熱のため空気が対流しホコリが付着しやすい部分です。ホコリがたまると電気の無駄が生じたり、冷蔵庫の冷えが悪くなることがあるので、年1回はホコリを取り除きましょう。

△電源プラグにホコリ等がたまると、湿気などで絶縁不良となり火災の原因になるため、年1回は電源プラグを乾いた布で拭き取ってください。まもるくん▶



お便り 大募集!

電気に関することで「わからないこと、知りたいこと」や「てん犬くんの「かわいい似顔絵」を募集集中!! 下記まで封書・ハガキでお送りください。採用された方には特製クオカードをプレゼント!! 【住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・担当の電気管理技術者名もお忘れなく!】
〒102-0083 東京都千代田区麹町5-1 NK真和ビル2階 公益社団法人 東京電気管理技術者協会『MiRaI』お便り係

夏季の電力需給について

省エネに
役立つ情報は

経済産業省 省エネポータルサイト

検索▶

今夏は、安定供給に最低限必要な予備率3%を確保できる見通しですが、例年どおり、無理のない範囲での効率的な電力の使用（省エネ）をお願いします。当省では「家庭向け」「事業者向け」それぞれの省エネに役立つ情報をご提供しています。

経済産業省 関東経済産業局



コロナ禍時代の熱中症対策!



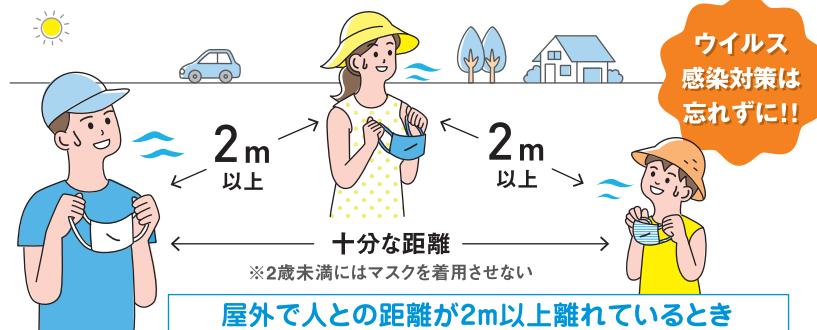
新しい生活様式でも 熱中症対策×コロナ感染予防を!

「新しい生活様式」とは:①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いの実施、④3密(密集・密接・密閉)を避けるなどを取り入れた日常生活のこと



マスクの着用により、熱中症のリスク*が高まります。はずせる時にはマスクをはずして熱中症を予防しましょう!!

*マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくく、気付かぬうちに脱水になり、体温調節ができなくなる場合があります。



屋外で人との距離が2m以上離れているとき

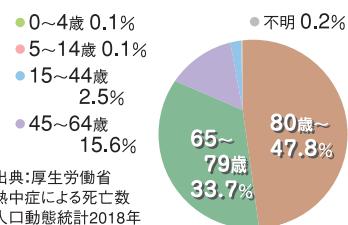


- 窓とドアなど2ヶ所を開ける(エアコンを止める必要はありません)
- 扇風機や換気扇を併用
- 換気後はエアコンの温度をこまめに再設定

(注意)一般的な家庭用エアコンは、室内的空気を循環させるだけで、換気は行っていません。



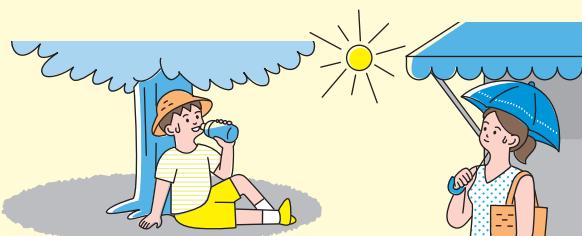
■熱中症死者の割合(年齢別)



出典:厚生労働省
熱中症による死亡数
人口動態統計2018年



- 1時間ごとにコップ1杯
- 入浴前後や起床後にもまず水分補給を
- 水分量は1日あたり1.2ℓを目安に
- 大量に汗をかいたときは塩分も忘れずに



- 涼しい服装、日傘や帽子で暑さを避けて
- 少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ
- 涼しい室内に入れなければ、室外でも日陰へ



- 暑さに備え、無理のない範囲で適度に運動(やや暑い環境でややきついと感じる強度で毎日30分程度)
- 定時の体温測定と健康チェック
- 体調の優れないときは、無理せず自宅で静養



子どもや高齢者、障がいの方々は、熱中症になりやすいので十分に注意してください。

熱中症予防情報サイト <https://www.wbgt.env.go.jp/>



◆今回の夏号では「緑のカーテン」についてお便りをいただきましたのでご紹介しましょう。

最近テレビでよく見る、「緑のカーテン」ってどのくらいエコなんですか。初心者でも作れますか。(埼玉県 M.Cさん)

「緑のカーテン」は夏の日差しが強い時期、植物の葉がつくるカーテンで室内に入ってくる直射日光を遮り、室内の温度を下げる涼しく過ごすというものです。日本古来の葦簾(よしす)や簾(すだれ)のような効果があります。

「緑のカーテン」の効果

窓から入る直射日光を遮って室内温度の上昇を抑えるだけでなく、建物の壁などに熱を蓄積させないので放射熱による暑さも抑えることができます。さらに、植物の葉から水分が蒸発する際に周りの熱を奪うので、室内に涼しい風を取り込むことができます。

COOL CHOICE 環境省の「COOL CHOICE」のホームページでは、「緑のカーテン」は遮蔽効果があり日射の熱エネルギーを約80%カットしてくれるとしています。簾の遮熱効果は50~60%、高性能の遮熱ガラスでも55%程度としており、その効果の高さが分かります。

こうした効果により、エアコンの使用を抑えることができるので省エネになり、CO₂排出量も削減できるはもちろん、壁面緑化による景観の美化といったメリットもあります。また、室内は木漏れ日が差し込む癒しの空間となり、植物の花や実を楽しむこともできます。

初心者でもできる「緑のカーテン」

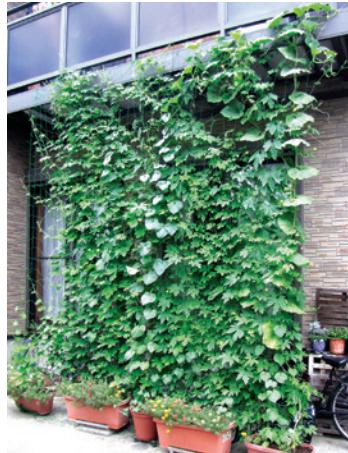
「緑のカーテン」に向いているのは、暑さに強いつる性の一年草です。種から育てるなら4月ごろからですが、苗から育てるのなら6月からでも大丈夫です。

苗はホームセンターなどで手に入れます。ほかに、プランター、ネット、支柱、培養土、鉢底石を用意します。プランターは野菜用の深く大きいものを選びましょう。初心者なら、グリーンカーテン栽培セットを使うのもいいでしょう。準備ができたら――

- 鉢底石を3cmくらい敷き詰め、その上に元肥入りの培養土を入れ、50cmくらい間をあけ穴を掘って苗を入れます。
- ネットを張ります。サッシ枠にすだれ用金具などを取り付けるか、2階のベランダの柵や雨どいにネット上部を固定し、下はブロックや杭で固定します。ネットの上部は物干し竿に固定してもよいでしょう。ネットは地面に対して70度くらいの角度を付けると全体に日光がよく当たります。
- 根を傷付けないように苗の脇に立てた支柱をネットに通し、外れないよう上部をワイヤーやひもなどで固定します。

後は水をしっかりやり、緑のカーテンを育てます。ゴーヤの場合、花が咲いてから2週間から20日くらいで実を収穫することができます。

とにかく丈夫で
育てやすい
ゴーヤ



育て方のポイント

- 中心の一番太い親づるが1m位伸びたら、つるの先端を2~3cm摘み取ります。これにより脇芽が伸びてつるが広がります。あとから出てきたつるも同様に。
- つるが伸びてできたら、ネットの中心から外に向かって新しいつるを誘引します。
- 初期に実った実は小さいうちに採って、まずは葉を十分に育たせます。
- 虫が来にくく自然に受粉できない場合は、人工授粉をすると実を増やすことができます。
- ゴーヤの場合、真夏には朝晩2回水をやり、実がなり始めたら定期的に追肥を行います。



「緑のカーテン」に適した植物



日本の夏の定番
アサガオ

セシターマーク(穴あけの際、ご利用ください)

注意 植物の伸びすぎや、葉や花、土などが飛んで周囲に迷惑をかけないように。
【台風の接近時】プランターを石などでしっかりと固定し、収穫ができない実は早めに摘んで、ネットも飛ばされないようしっかりと固定します。

【集合住宅の高層階】ガーデニング禁止の場合もあり、また強風対策も必要です。

▶まちがい探しの答え(春号 Vol.70) ①右下の紫陽花の葉の大きさ ②てるてる坊主の紐の長さ ③てん犬くんの長靴 ④てん犬くんの左手 ⑤十六分音符の色

寄附金募集のお願い

当協会の事業活動、とりわけ研修・人材育成事業の一層の拡大のために、広く皆様のご寄附をお願いいたします。皆様からいただいた寄附金は、当協会の「寄附金取扱規程」に則り、有効かつ適正に管理・使用させていただきます。

※公益社団法人 東京電気管理技術者協会は、平成29年5月1日付けで内閣総理大臣より「税額控除に係る証明書」を受けております。

(今期より各事業への配分比率をご指定
いただくことが可能となります。) → 詳しくは、協会HPをご参照ください。

●寄附金額一口
3,000円(一口以上)

漏電遮断器が 切れてしまったら



漏電遮断器(漏電ブレーカー)が切れる場合は、配線か家電製品が漏電している恐れがあります。その場合は、まず問題のある回路を見つけてください。

◀イラストによる手順はコチラ(協会HPへ)

電気かんり東京

●緊急の場合は…保安センター

0120-074-307

●お客様のご質問・ご意見は… TEL. 03-3263-7147 E-mail: mirai@eme-tokyo.or.jp

●お客様の電気管理技術者



当協会
キャラクター
「てん犬くん」

いつもの顔が電気を守る