

# エコな建材に熱視線

## 省エネや廃棄物削減へ一役

新築やリフォームの際に出る膨大な建設資材の廃棄物。ごみを減らし、再利用することが求められる折、剥がさず上から塗り替えが可能な壁紙、新聞紙から作る断熱材など、石油系の原料を使わず廃棄物をできるだけ出さない、エコな建材が注目されている。

市場の大半を占めるビニールクロスは一般的に表面とエネルギーを要する。建築資材販売のナガイ（長野県飯田市）は2016年、パルプなどを主な材料にし、ポリエステルを加

えて強化した不織布に塗装を施した「エコフリース」を開発した。商品は、無塗装の壁紙とパールホワイト、ローズピンクなど淡い色を中心に10色のフラットタイプ、白系2色の凹凸のあるエンボスタイプがある。

エコフリースの特徴は、劣化しても剥がす必要がなく、自分で水性塗料を使って塗り替える点。同社インテリア事業部営業担当の

## 壁紙剥がさず上塗り可 断熱材新聞紙から再生



塗料を繰り返し塗り替えて使える壁紙「エコフリース」  
—東京都内

小沢傑さんは「摩擦や衝撃に強く、通気性が良く、結露やカビの発生を抑えます」と説明。伐採、管理が行われている森林に由来する製品を示す森林管理協議会(FSC)認証も取得済みだ。暑さ、寒さを防ぐ断熱材の分野では、新聞紙をリサイクルして作るセルロースファイバー(木質繊維)がある。セルロースファイバーのメ

ーカー、デコス(山口県下関市)は新聞紙80%にホウ酸、ホウ砂、撥水(はっすい)剤を加えた断熱材「デコスファイバー」を生産。セルロースファイバーの中に空気の膜ができるため熱や音が伝わりにくくなり、高い断熱性能を持つ。難燃性で湿度調整する機能にも優れている。11年には建築用断熱材として初めてカーボンフットプリント(CFP)プログラムの認定も取得した。CFPとは原材料の調達から廃棄、リサイクルまで全行程で排出される温室効果ガスを待たれている。



新聞紙を粉碎した原料(左)とセルロースファイバー  
—埼玉県飯能市のデコス関東工場

## 転倒防止正しい姿勢を 高齢者適度な運動も大切

加齢や体の衰えに伴って、高齢者は転倒しやすくなる。文京学院大保健医療技術学部の助教で理学療法士の上條史子さんは「転んで骨折などのけがをする」と、活動量が低下して寝たきり

約8割が「ころぼ」事故のためだった。上條さんによると、高齢になると筋肉が減少し、バランス能力が低下して転倒しやすくなる。猫背になり、骨盤が後ろに

傾くという高齢者に多く見られる姿勢も、転倒の要因として挙げられる。そのため、「高齢者は背筋を伸ばすことを意識することが大事」と指摘する。自宅でする簡単なエクササイズとして①あおむけに横になり、丸めたバスタオルを肩甲骨の下辺りに横に置いて左右に体を

## 冬と主婦

冬は乾燥の季節。女性の肌の敵。火事やインフルエンザの流行にも注意が必要である。けれど、野菜の天日干しには最良の条件となる。大根がよくできたとき、切り干し大根にして保存する。生だとピリッとからい大根でも、甘さが増してキュッと凝縮した味になる。

数日でカラカラになり、ひなびた香りが漂う。人間の心は不思議なもので、乾き過ぎても湿り過ぎても不都合になる。湿っぽさとみずみずしさも微妙に違う。心の潤い度がいいバランスのときに、生活全般うまく進むように思う。

切り干し大根作りには、何よりもおいしい大根が肝心である。水洗いして、大根突きで勢よくザクザクと突いたり、包丁で小さく切ったりする

鉢植えのシクラメンが生き生きと咲き続けるように適度な水やりをしたり、洗濯物がきれいに乾いたり、干した布団がほっこりしたり、切り干し大根を手にした瞬間

【解説】初手4二銀から3一銀不成が好手順で、5手目2二銀が決め手です。なお、3手目3一銀不成で3四桂は、1一玉、以下、詰みません。

## 雨上がりの川

森沢 明夫・作

オカヤイツミ・画

第六章 それぞれのモノローク

【川合淳の話】  
次元?

杏子がまたおかしな単語を持ち出してきるとき、テレビのコマーシャルが終わり、ふたたびお笑い番組の司会者がしゃべりだした。客席のわざとらしい笑い声がやけに耳障りで、俺はテレビを消した。

香の成長のこして、ひとつけ。だから、生にやられた「杏子、お前、