



クイーン倶楽部だより ②月号

2014年

第134号

ERIN 有限会社エコ・ライス新潟

新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100
TEL 0258(66)0070 FAX 0258(66)0447
URL <http://www.eco-rice.jp/>
E-mail eco-net@nekonet.ne.jp



村上からの冬のお便り



冬季限定！ 塩引鮭 (しおびきさけ)

新潟県村上市は古くから「鮭の町」として知られ、村上市を流れる三面川には毎年沢山の鮭が遡上してきます。鮭を使った料理は100以上にもものぼり、特に手作業で塩をすり込んだ鮭を寒風にさらした“塩引き鮭”は村上の気候風土が生み出した傑作と言われています。冬のパンフレットにご紹介しておりますので、季節の味をぜひご堪能ください。

塩引きとは？

塩を引く＝塩をすり込むという意味。昔、貴重品だった塩を無駄なく使うため、丁寧に鮭にすり込んでいた作業が由来になったといわれています。塩引き鮭を美しく仕上げるためにかかせない作業です。

ドクター
中村の

健康徒然記

その36

頭寒足熱 (ずかんそくねつ)



中村 信也(なかむらのぶや)
医学博士、東京家政大学家政学部栄養学科教授として教鞭をとり、「食と医療の医学」産学協同研究の第一人者として活躍中。

頭寒足熱とは文字通り頭を冷たく、足は暖かくの意です。部屋暖房の原則ですが、日本の暖房では見事に反対で、天井から温風を吹き出す頭寒足熱式です。根本的に間違っているのですが、当たり前過ぎて異を唱える方はいません。

天井吹き出し方式が間違っていると確信したのは、大学の産学医職場巡視からです。各職場で健康問題を訊きますと、「どこに行っても、夏の暑さ、冬の寒さを一様に訴えます。なぜどこでも、と不思議に思っていたのですが、やっと天井吹き出し方式の所為だと解ってきました。

レーザー光線温度測定機で室温を測りますと、天井近くと床近くではかなり温度差があります。天井付近が三十度近く、足元が十五度くらいという極端な差がみられることがあります。天井からの温風は人の頭位置くらいの上のみで対流して足元に届いていないことが多くあります。

私も大学の研究室内で、床に寝ていて寒さで目が覚めて、暖房のスイッチ入れに行つたところ、スイッチオンになっていた経験があります。全く温風が床付近には届いていないことを肌で感じました。

米国や欧州では金属製のパネルが床に設置されていて、スチームを流す方式がほとんどです。パネル板を触つてもやけどするほどではありません。部屋はやや寒い程度です。アイスランドは火山国で温泉が豊富で、発電も温泉に頼っています。温泉水のパイプがホテル全体と部屋を暖めていました。道路や駐車場にもパイプが通つて凍結と積雪を防いでいると聞きました。

日本でも暖冷房は床付近から吹き出す頭寒足熱方式を採用すべきです。基本は二十四時間暖房です。これですと高温の必要はなく強送風でなくてもよいので、電気代や燃料代はそれほど高価になりません。

産業界が現代の頭寒足熱式を止め、頭寒足熱式に切り替えるべきと注進しても、大学側は意味を理解しかねて怪訝な顔をされています。