

ガマのひとりごと

フィトンチッドの話

ガマとチエリーセージ



こんにちは、ガマです。

岡山日日新聞のコラムやブログでも書きましたが、植物は移動できませんので、フィトンチッドと呼ばれる物質を出して、自己防衛をしているらしいのです。

「植物 (Phyto)」が「殺す (cide)」という造語なのですが、簡単に説明すると「植物の香」のことだそうです。

我が家の猫のクーが好んで昼寝をする場所があり、ハーブの根元なのです。葉にふれるとあたりに芳香が漂い、手についた香りもしばらくは消えません。その近くで雑草を抜いていても蚊にくわれぬことに気付いていました。猫もよく知っています。本能的に分かっているのですね。

そのハーブが今、小さな舌のような赤い花をちらほらと咲かせており、妻に名前を聞くと、渡してくれた「ハーブの育て方」という本にフィトンチッドという言葉がありました。我が家のハーブの場合もフィトンチッドが虫を寄せ付けません。

桧にヒノキチオールという物質があり、防腐・殺菌効果があることは知っていました。寿司屋の俵板やにぎった寿司を置くゲタは桧材なのです。

森林浴がもてはやされたこともありましたが、以前は森林浴の効果というのは、科学的なものというより、精神的なものにとらえられていたようです。

しかし、多くの獣が生活し、糞尿を垂れ流し、死んでいっても、悪臭で耐えられないということはありません。森林はいつ行ってもさわやかですね。それもフィトンチッドのもつ消臭作用です。植物の生えていない南極は、ペンギンの糞尿でもものすごく臭いと聞いたことがあります。

科学的にも、松・桧などの針葉樹林では特にフィトンチッドの発散量が多く免疫力向上に役立っているとのこと。

「お疲れサラリーマン」に2泊3日の森林浴をさせたところ、ヒトNK細胞（白血球の一種で血液中にあり、外部からのガン細胞などを殺す役割のある細胞）活性が52.6%向上したと確認されたのです。「木の香」というのは、私達の想像以上に重要な作用をもっているものなのです。

その他にも「木の効能」として四感にやさしいことがあります。部屋に無垢材を使うと「木の香」は「臭覚」ですね。「視覚」としては、木は太陽光線の50%以上を吸収して、目にやさしい明るさをつくり出します。「触覚」としては、木肌のあたたかさやぬくもりがある。「聴覚」としては音の反響が残らないから耳に心地よい音環境になるわけです。そんなふ

うに無垢の木に囲まれた部屋にいるというだけで、「森林浴」をしていることとなり、毎日健康を育んでいることとなりますね。

最後になりましたが、我が家のハーブは「チェリーセージ」でした。挿し木で増えるらしいので、増やして、展示場に植えようと考えています。

我が家のペット

天才クサガメ「クー」

どれが利口でしょうか



動物をいろいろ飼育していると、その種・その種の固有の性格というか、行動パターンがある上に、あえて擬人法的に表現すると、利口な個体と馬鹿な個体がいるようだ。

私は今、20匹のヒキガエルを飼っている。カエルの飼育のむつかしさは、彼らが

生きた餌しか食べないことである。彼らを養うのは想像以上に費用（ペットショップでジャンボワームを買うと1匹5円。1000円分ぐらいだと一瞬にして食べてしまう）がいるし、労力がある。ゴキブリがその姿を見せるとあわてて捕まえに走る程、労力があるのだ。

そこで考えた。生餌ではなく、ドックフードを動かしたらどうか。試行錯誤の末、ドックフードに極細の針金を差し込み、動かしてみた。ねぐらの前でユサユサと動かすと、ノシノシと姿を見せて、パクリとくわえた。今のところ、20匹のうち8匹が捕食反応を示したのだ。ここで、利口か馬鹿が分かってくる。反応を示さない12匹は論外である。

3匹はドックフードの動きにあわせて舌を出し、からめて口の中まではゆくのだが、口を閉じるのが遅い。針金がしなったぶんバネのように元に戻ってしまうので、捕食したものの30%しか嚥下できない。

2匹は、ドックフードを口の中に入れるとパクリとはするのだが、そのままの。ソロソロリと針金を引き抜いてやる。刺し方が甘いとドックフードは口の中に残るが、強いと出てくる。嚥下できるのは50%だ。

3匹は、パクリと口の中に入れると同時に手を使って針金をはらっている。これだと100%嚥下できる。

これは年齢とか経験とかではなく、もって生まれた才能というほかない。3匹は2才、5才、10才と産まれた年が違からだ。

また、クサガメを3匹飼っている。オス2匹とメス1匹である。同じ水槽で飼っていると1匹のオスが他のオスを追いかけてまわし、水に入れなくしてしまう。これは利口か馬鹿かの問題ではなく、強いか弱いかの問題である。

この2匹を別々の水槽で飼い始めて分かったことがある。朝起きて、固形の餌を10粒ずつ水槽に放り込むのだが、強い方のカメは落ち着きなく動きまわる。波が立ち、粒餌は放散し、レンガの間に入って食べようにも食べられなくなる。

弱い方のカメは1カ所にじっとたたずんで、首だけを水面から出している。顔のまわりに粒餌をまいてやると、静かに首を水中に引っ込めて大きく口を開けて1粒ずつ餌を吸い込むように食べてゆく。餌に無駄がないのだ。同じクサガメでも知能の差があるように思えてならない。人馴れという意味では、強い方が長く飼っているのだからなおさらだ。

私には理想のクサガメ像がある。中学生の頃に飼っており、名前をクーといった。そのクサガメが「クー、クー」と鳴いたからである。いつもは水槽に入れているのだが、取り出してタオルで拭いて、家の中に放してやると、人のそばへやってくる。このクーの驚くべき才能は、食事の時、食卓においてやるとじっとして、餌をもらうのを待つことである。ハムなどをやると口を開けてガブリとくらいついて、そのまま飲み込む。

私はこのクー以外、未だに水と一緒に嚙下せずに、餌をそのまま飲み込む水棲ガメを見たことがない。このクサガメは絶対に天才だったと今でも思う。

読後雑感

プロが教えるキッチン設計のコツ

井上 まるみ・著 学芸出版社

仕事の参考にしたいと図書館で借りた本。著者は、家庭科の先生や栄養士、キッチンのコンサルタント事務所をやっただけあって「キッチンもオーダーメイドが良いと思う」とさりりと書く。表紙の写真は、著者の家のキッチン。とても使い勝手が良さそう。流しはひし形で、見るからにオーダー。



この人に設計を頼み、オーダーで施工してもらおうと一体いくらかかるのか!? 気になる値段。そこは書いていない。そこも知りたいのに…。

それでも、キッチンの動線やプランなど、いろいろと勉強になることがあった。

例えば、作業しやすいキッチンの動線。「右ききの人は、シンクからIHなどの熱源へ右に動く方が作業しやすい」。なるほど、それはそうだ。考えてみれば当たり前のことも、それまで意識することがなかった。展示場のキッチンは…。左へ動くようになっているではないか。これは、換気上のことを考えれば、現在の状態が一番良いということで、こうなったのだけれど。

また、「熱源は、物を切る所より約100mm下げる方が作業しやすい」といった、システムキッチンでは難しいことも書いてあったが、こうしたちょっとしたことの積み重ねが、使いやすいキッチンを生むのだと思った。

住む人は変化する。年も取るし、人数も変わる。それでもある程度対応できるように、先々のことも考えておくことが大切だ。とは思っていたが、本には具体的に、「家族の年齢を表にする」とか「これから買うだろうキッチン器具なども持ち物リストに入れる」などと書いてあったので、私も真似したいと思った。

システムキッチン自体は、毎年新しいものが出る。よりお洒落でより掃除しやすいものだ。しかし、いくら新しくても使い勝手が悪くては話にならない。年月を経ても使い勝手の良いキッチンであるためにはどうすれば良いか——、これからも考えていきたい。

(中井 千尋)

千の夢話

「おっさん」の思い

両親の私への愛称が「お姉ちゃん」から「おっさん」に変わった中井千尋です。(写真のような態度がダメらしい)「ちゃん」から「さん」へ昇格したと思えば、明るく返事ができるというものです。

家族から「男だったら良かったのに…」とよく言われます。それって心置きなく「おっさん」と呼べるから？



私は女に生まれて良かったと思っています。男女平等の世の中になったとはいえ、建築業界はまだまだ男の人が多くて、もっと主婦の方の立場に立って家造りができるよう、提案や現場管理をしたいなと考えているからです。年配の男の人には言いにくいことでも、女の私には言えることもあるんじゃないかな、そう思っています。

見た目や立ち振る舞いが「おっさん」でも、気持ちはいつまでも「お姉ちゃん」でいるつもりです。しかし、思い返せば大学時代も「おっさんギャル」と呼ばれていた気が…。社会人になったときも、親父ギャグばかり言っていた時、同僚の女性から「おじさんみたいだね」と言われたこともあります。なぜだろう？ なぜかしら？ 誰に何を言われても、私自身は「お姉ちゃん」のつもりでいるのですが、お客さまにもそう思っただけのようにしたいです。

ブログ「親子で起業 奮戦記 ～帰りたくなる家造りを～」 <http://yu-rinhome.seesaa.net/>
(「ユールン 住宅」で検索してみてください)

✉ **お問い合わせ先はこちらです。**

皆さんのお便りを待っています。(FAX、メールは 24 時間受付中)

FAX 086-429-1343 メールアドレス yu-rin.home@tulip.ocn.ne.jp