毎月１回
25日発行

はしもと★ランド

第113号
1月25日

http://hashimoto-land.com　はしもとランド　検索

■発行・編集・印刷■橋本新聞販売株式会社　企画部　丸岡・高橋
〒370-0063 高崎市飯玉町42　TEL.027-361-4950 FAX.027-361-5009 e-mail:takahashi@hashimoto-land.com

寒～い冬を乗り切る節電対策とエコな生活の提案

東日本大震災による福島第一原発事故により多くの原発からの電力供給が少なくなり、この冬は例年に増して節電が求められています。一般的な家庭での電力消費は午後６時から９時がピーク。少しの工夫で、お得に、快適に、寒い冬を乗り越えましょう。

冬のエアコン節電対策

節電のため、エアコンのスイッチをこまめにON・OFFするのは間違いです。連続運転と間欠運転（30分ごとのON・OFF）を比べると、間欠運転の方が消費電力の消費が多いため（実験では40%も消費電力がアップする結果も！）。また、エアコンの室外機は、家の外壁と平行でなく15度くらい傾けると稼動効率がアップします。ただし強い北風が直接吹きつける場所では排出される空気が押し戻されるので注意が必要です。室内の暖かい空気は上部にたまりやすく、エアコンの温度センサーの多くは室内機の本体周辺で感知するため、エアコンのフラップは下向きにしたほうが効果大。扇風機などで部屋全体の空気を攪拌した方が温度のムラを無くし、部屋全体を万遍なく暖めることが出来ます。エアコンのフィルターは2週間に1回程度掃除するのも効果的です。

断熱シートで冷気を遮断

アルミシートには熱を反射する性質があるため、部屋のウッデイフロアーとカーペット（または床とたたみの間）の間に「アルミシート」を敷くと家の室温が保温できます。

窓に外の冷気遮断のシートを張る

家の中で一番外気の冷気が進入し、家の熱が出て行くのが窓。窓ガラスを複層にするのが理想ですが、費用もかかります。そこで、荷物の保護に使うプチプチとしたエアパッキンを窓に張ってみてはいかがでしょう。簡単に窓からの熱の出入りを防ぎ室内を暖かく保てます。また厚手のカーテンをつけることも効果的です。

室内温度20度でも快適な防寒衣服

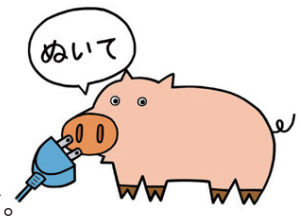
体の中で一番冷えやすいのが足先。室内で暖かく過ごすには「下半身の重ね着」がお勧めです。保温効果のあるルームシューズを履き足元を保温、下半身に重ね着をし、温度調節は上半身で行うようにしましょう。また、襟元から冷気が進入するのでタートルネックの洋服や襟巻きをすると暖かいですね。

鍋の余熱で調理

肉じゃがなど煮物は、鍋の余熱で調理することができます。最初の10分ほど熱を入れ、その後は古い毛布などで鍋そのものをくるむようにすると、ジャガイモや人参に程よく味がしみて美味しく調理できる上、、光熱費も節約できます。鍋をすっぽり覆う専用のカバー（布の中に綿などを入れてキルティングを施し保温性を高めたもの）を作ってみては？

その他

●不要な照明は出来るだけ消しましょう。
●冷蔵庫の設定は弱にし、あまり物を詰め込まないようにしましょう。
●トイレの便座保温、温水の温度を下げましょう。
●夕方の電力消費ピーク時に、電気製品の使用が重ならないようにしましょう。
●炊飯は早朝にタイマーで1日分を一度に炊き、保温機能は使用せず、よく冷ましてから冷蔵庫へ保存しましょう。
●白熱電球をLED電球にしましょう。



読者の皆さんのアイディア
（先月号で実施したアンケート結果）

◆給湯器を昼間使用しない時、OFFにしています。
◆使い捨てカイロを使ってます。
◆魚焼きグリルを使用している時、上の排気口の熱を利用しお味噌汁を保温しています。
◆暖かい服装を心がけ、日中は暖房を使わず太陽の光が入る部屋で過ごしています。
◆みんな同じ部屋にいるよう心がけています。
◆丈の長い厚手のベストを重ね着しています。
◆特別寒い日は、室内でも帽子を着用しています。
◆暖房機と扇風機を併用しています。
◆こたつのスイッチを時々OFFにしています。

上州をゆく ⑥③

国定忠治（ペンネーム）（高崎在住）

～近代日本を開いた信念の「幕臣」～

「費用をかけて造船所を造っても完成する頃には幕府がどうなっているか分からないではないか」「幕府の運命に限りがあろうと、日本の運命には限りがない。幕府のしたことが日本のためになって、徳川の仕事が成功したのだと言われれば徳川の名誉ではないか」――幕臣と小栗上野介は激論を重ねた。

徳川幕府は１８６０年、日米通商条約締結の批准書交換のため使節をアメリカへ派遣した。その一人が34歳の小栗上野介忠順（おぐりこうずのすけ・ただまさ）である。巨大な文明国で、民主主義や株式会社、銀行、通信・郵便制度などを学び、明治政府に引き継がれた。帰りはアフリカ～インドネシア～香港を回った。目の当たりにしたのは列強に蹂躙され奴隷として売られるアフリカの人々、占領され外国人が我が物顔で闊歩する香港だった――「日本がこうならない保証などない」

アメリカで見た造船所は、造船だけではなく大砲、小銃、砲弾などを造る総合軍事工場であった。「必ず日本に必要なものになる」――確信した小栗は反対を押し切って横須賀に造船所を建設したのだった。

晩年は、倉渕（現・高崎市）の東善寺に身を寄せた。しかし謀反の恐れありと無実の罪を着せられ、１８６８年、官軍により烏川の水沼河原で斬首された。一切弁解しなかったという。東善寺には遺品やその生涯をたどった写真、絵画が展示されている。横須賀市から寄贈されたという胸像は随分若く見えた。処刑時は私よりはるかに年下、当然か。

寺の裏山の、竹林の中にある急な石段を上り、墓に対面した。近代日本の礎になった悲劇の偉人である。手を合わせ冥福を祈った。斬首から44年後、連合艦隊司令長官・東郷平八郎が遺族に謝辞を述べた。「日本海海戦でロシアに勝てたのは、小栗さんが造船所を造ってくれたおかげです」。汚名を晴らした瞬間であった。今はここ倉渕の地で、この国の来し方行く末を静かに見守っている。

小栗が身を寄せた東善寺

小栗上野介胸像