



井戸端ばなし・

vol. 28

梅雨明けと同時に暑い日が続いていますが皆様いかがお過ごしでしょうか？連日日本で最高気温を記録している甲府盆地ですが、3日も39℃が続くと怖いもので35℃ぐらいでは暑く感じなくなってしまうですね。子供が小さいとき伊豆へ海水浴によく行きましたが、甲府で35、36℃に慣れてしまうと海水浴場が涼しく感じませんでしたか？念願の富士山が世界文化遺産登録されましたし、お祝いと暑気払いを兼ねて、まだ夏に入ったばかりですが何はともあれ、ここで生ビールで乾杯！！まだまだ暑い日が続くと思われませんが、熱中症に気を付けこまめに水分塩分の補給を……。暑いときは部屋の中でも熱中症になる様ですので、風通しを良くして熱がこもらないようにして下さい。暑いからと言ってビールを飲み過ぎて倒れないようにして下さいね。くれぐれもお酒を飲んで車は運転しないように……！



山梨の山

山梨には、本当に数えられない位沢山の山があります。初心者でも登れる山から、本格的な装備とトレーニングが必要な山まで…。右の地図には、主な山はほぼ載っていると思います。この中のいくつかを、紹介して行きたいと思います。聞いた事はあっても、意外と由来やその山がどんな存在なのかなど知らない方も多いのではないのでしょうか？（又、インターネットを参考にさせて頂いています。）



八ヶ岳



長野県の諏訪地域と佐久地域および山梨県の境にある山塊。南北30km余りの山体で、大火山群である。深田久弥の日本百名山の一つ。「八ヶ岳」は長野県と山梨県にまたがる山塊の総称であり、山そのものに八ヶ岳と名付けられた山は存在しません。「八ヶ岳」の由来は、「八百万」などと同じように、山々が多く連なる様子から「たくさん」という意味で「八」としたとも、幾重もの谷筋が見える姿から「谷戸（やと）」にちなんで名づけられたとも、文字通り八つの峰に見えるからとも、複数のいわれが存在するようです。大な裾野は、東側の清里高原や野辺山高原、西側の富士見高原や蓼科高原などで知られています。夏の冷涼な気候を利用してレタスやキャベツなどの高原野菜の栽培が行われています。

権現岳



東峰(2,715m)と西峰(2,700m)から成る双耳峰(そうじょう)で、西側の峰はギボシと呼ばれ、このギボシの名の由来は、山体が擬宝珠に似ていることによるものです。狭義では、ギボシと区別して、東峰のみを権現岳と呼ぶこともあります。北側の赤岳との間は、キレットとなっていて一気に落ち込んでいます。権現岳から南の八ヶ岳連峰には、自身より高い山はないため、山頂からは南アルプスを見渡すことができます。権現岳は、江戸時代末期までは薬師岳とも呼ばれ、八ヶ岳中信高原国定公園に属します。権現岳の山頂には祠が鎮座する岩塔があり、かつては松峰神社、または八ヶ岳権現と呼ばれており、山岳宗教の場であったことを物語っています。

雑学クイズ

- ① 海上自衛隊の船の乗組員が、毎週金曜日にカレーを食べる訳は？
- ② 大きな動物病院で犬を飼っている訳は？
- ③ ア・ラ・カルトって何？
- ④ 「天の川」を英語で言うと？
- ⑤ 英語の終止符は「ピリオド」日本語では？
- ⑥ 「DNA」の正式名称は？
- ⑦ 夢を見ている状態の睡眠を何という？
- ⑧ マイルドセブンの隠し味として使われているのは？



答えは右ページ下に

暑さと湿度の話

気温が同じ位でも、湿度によって「暑さ」に違いを感じた経験はありませんか？気温が低くても湿度が高いと、気温の割に蒸し暑く感じますね。これはなぜでしょうか？実験してみましょう！



用意するものはタオル2枚とぬるま湯、そして扇風機です。まずタオルを両方ぬるま湯につけてよく絞ります。次に2枚のうち片方を扇風機の前に広げて吊し、しばらく風を当てます。両方のタオルにさわって温度を比べてみると、風を当てたタオルの方が確実に温度が下がって



います。これは、液体が蒸発する時には「気化熱」と言って回りから熱を奪っていきます。そのため濡らしたタオルから水が蒸発する時にはタオルから気化熱を奪ってタオルの温度は下がります。この時扇風機でタオルに風を送ると、タオルの回りにある水分が吹き飛ばされて、水がより蒸発しやすくなります。水が蒸発しやすければ、当然熱も奪われやすくなってより温度が下がる訳です。これを先程の湿度と暑さの関係で人間に置き換えてみると、湿度が高いと身体の周りに水分が留まってしまい、汗が蒸発しにくくなります。そのため身体から熱が奪われにくくなって、気温の割に暑く感じてしまうという事なんですね。扇風機や、エアコンの除湿機能はこの効果を利用したものなのです。



水の話

就寝前の水



就寝前に水分を摂るとおくむのでは・・・、と置いていらっしやる方もおられる様ですが、就寝前の水分は、朝起きた時と同じで、身体の為にはとても重要なものです。脳卒中が明け方に多いのは、汗などで身体の水分が失われ、血液が必要以上に濃くなってしまからです。できれば就寝前の水だけでなく、枕元に水を置いておき、夜中に目が覚めたら飲む様にするのが良いでしょう。では、朝のおくみの原因はというと、それは塩分の取りすぎです。水の量よりも、夕食の塩分の量を疑って下さい。水分の不足は血流が滞ったり、血栓を作る原因になりますので、心臓等の循環器系に負担がかかり様々な体調バランスを乱してしまう原因にもなってしまいます。このように生命の維持や健康バランスを保つために人体には適切な量の水分摂取が必要と言えます。

余談ですが、今年の暑さは本当に生半可な暑さではありません。年々暑くなるのではと不安さえ感じてしまいます。人間の身体だけでなく、植物、動物、道も建物も日本全体が暑さに悲鳴をあげている様です。特に日本一になるほど暑いのに雨が降らない山梨、本当に本当に雨がほしい～ですね。(今日やっと少し降ってホッとしました7月17日現在)

- ① 曜日感覚を保つため
- ② 他の犬に輸血をするため
- ③ 単品料理・一品料理
- ④ ミルキーウェイ
- ⑤ 句点
- ⑥ デオキシリボ核酸
- ⑦ レム睡眠
- ⑧ ココア

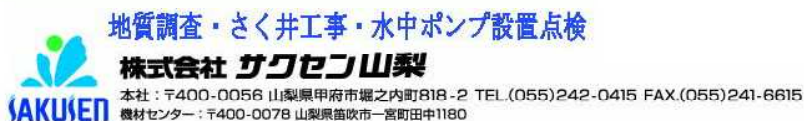
これまで富士山は小御岳が一番古い山体とされてきましたが、東京大学地震研究所が2004年4月に行ったボーリング調査によって、小御岳の下にさらに古い山体があることが判明した。安山岩を主体とするこの第4の山体は「先小御岳」と名付けられ最も古く、数十万年前の更新世にできた火山である。古富士は8万年前頃から1万5千年前頃まで噴火を続け、噴出した火山灰が降り積もることで、標高3,000m弱まで成長した。山頂は宝永火口の北側1-2kmのところにあつたと考えられている。2009年10月に、GPSによる富士山の観測で地殻変動が確認された。これは1996年4月の観測開始以来初めてのことである。この地殻変動により最大2センチの変化が現れ、富士宮市-富士吉田市間で約2cm伸びた。これはマグマが蓄積している（活火山である）現れとされている。vol25でも書きましたが、低周波地震の観測結果より山頂直下10km - 15km付近にマグマ溜まりが有るとされています。これが上昇を始めると、噴火の可能性が高くなるとされています。富士山の噴火詳細は「富士山の噴火史」を参照最終氷期が終了した約1万1千年前、古富士の山頂の西側で噴火が始まり、溶岩を大量に噴出した。この溶岩によって、現在の富士山の山体である新富士が形成された。その後、古富士の山頂が新富士の山頂の東側に顔を出しているような状態となっていたと見られるが、約2,500-2,800年前、風化が進んだ古富士の山頂部が大規模な山体崩壊（「御殿場岩なだれ」）を起こして崩壊してしまった。新富士の山頂から溶岩が噴出していたのは、約1万1千年前-約8,000年前の3,000年間と、約4,500年前-約3,200年前の1,300年間と考えられている。これ以降、山頂部からの噴火は無いが、長尾山や宝永山などの側火山からの噴火が断続的に発生している。延暦19年・21年（800年・802年）に延暦噴火、貞観6年（864年）に青木が原溶岩を噴出した貞観大噴火。最後に富士山が噴火したのは宝永4年（1707年）の宝永大噴火で、噴煙は成層圏まで到達し、江戸では約4cmの火山灰が降り積もった。また、宝永大噴火によって富士山の山体に宝永山が形成された。その後も火山性の地震や噴気が観測されており、今後も噴火の可能性が残されている。宝永大噴火以来300年にわたって噴火を起こしていないこともあり、1990年代まで小学校などでは富士山は休火山と教えられていた。しかし先述の通り富士山にはいまだ活発な活動が観測されており、また気象庁が休火山という区分を廃止したことも重なり、現在は活火山に区分されている。

山梨県の市町村別最新液状化マップが発表されました。前回と何処が違うのかというと、前回は500mメッシュ今回は100mメッシュと精度は25倍にUPしましたが、すべてのメッシュ内にボーリング調査データが有るわけでは無い。100mメッシュ内でも、どの地点のデータか判らない。また隣り合う異なる判定のメッシュ内でも、仮に液状化しにくいに成っていても安心は出来ませんし、あくまで目安程度に考えてください。心配な方は費用がかかりますが、適切な地質調査と対策工事を。

災害に備え避難場所の確認・家族の連絡方法等話し合っておき、最低3日分の水と食料は各家庭で用意しておきましょう。緊急地震速報等が出たら安全な所へ避難、地震が治まったら周りの人に一言かけて安否確認して下さい。巨大地震の後には大きな余震も考えられます、余震で倒壊する物等がありますので十分注意して安全な場所へ避難して下さい。

井戸端ばなし・・・バックナンバーは<http://sakusenyananashi.sakusen.co.jp/>

ホームページアドレス上記に変わりましたのでよろしくお願いします。



E-Mail sakusenyananashi@sakusen.co.jp