



## 今の特集 中秋の名月

秋になると大気が澄み、空を見上げると思わずまん丸な月に見入ってしまう事があります。十五夜が近づくとつれ、月の出も早く、思わぬ近さで眺める事ができます。

今年の「中秋の名月」は、9月30日で丁度満月にあたります。

来年の「中秋の名月」は9月19日ですが、2017年は10月4日と10月に入ってしまうこともあり、なんとなくお月見は9月中ごろと思いついでいる私たちにとってはちょっと意外。

これは、旧暦の8月15日からきているため、実は毎年変わるのです。

お月見といったら、すすきを飾ってお団子を食べるというイメージですが、十五夜は別名「芋名月」とも呼ばれています。ちょうど里芋等の収穫期にもあたり、昔は芋、団子、豆、すすきなどをお供えして地方特有の行事が行われていたそうです。

最近の日本はアメリカの感謝祭の行事「ハロウィーン」を真似るようになりましたが、元々日本にも同じように、月見団子を縁側にお供えして、それを子供達に盗み食いさせ、団子を多く盗まれた方が縁起がよいとか、子供達が貰い歩くなど地方により様々な風習があったようです。

また旧暦の9月13日(今年は10月27日です)は十三夜といいこの日は豆を主体に、栗、団子、すすきなどをお供えし「豆名月」と呼ばれています。

お月見は、月を愛でるということだけではなく、今年の収穫に感謝し来年の豊作を祈願するという意味がこめられています。

### 彼岸花 (ひがなばな)

突然茎が伸びてきて鮮やかな色を咲かせて、1週間ほどであっという間に枯れてしまうという不思議な花。花と葉を同時に見る事ができない。葉は花が散って後にゆっくりと伸びてくる。そのまま冬を越し春まで緑の葉のままだが夏近くになると全く消えてしまう。

秋のお彼岸の頃に咲くので別名「曼珠沙華」。天上の花、という意味。おめでたい事が起こる兆しに、赤い花が天から降ってくるという仏教の經典による。根の所にはリコリンという毒がある。



# 親子すまいかた教室

## 住まいの防犯 だろぼうにねらわれにくい住まい(その1)

監修：奈良女子大学助教授 瀬渡章子 さん

### どんな場所が、いつごろねられる？

大通りに面した住まいより、1本小さな通りに入ったところの住まいの方が、人通りが少ないため人に見つかる可能性が低くなります。その方がだろぼうにとっては、入りやすく逃げやすいので、ねられやすくなってしまいます。人目につきにくい場所でも、逃げ道が限られているような場所に家があると、だろぼうは入りにくいと感じるようです。また、だろぼうは夜間に入ると思われがちですが、会社や学校に出かけた後の朝の時間や、周囲に人気(ひとけ)がなくなる昼下がりの時間などが、だろぼうにとって入りやすい時間のようなようです。家族がみんな働いている家では、だれもいなくなってしまうし、だれか家に居る場合でも、ゴミ出しにでたり家事に忙しく動きまわっていたりして、ちょっとした時間にだろぼうに入られてしまうのです。家をあける時は、面倒がらずに戸締まりをしっかりと外出することが大切です。



### ねられやすい住まいって？

家の周りに高い塀があったり、ボサボサとした庭木で囲まれていると見通しが悪く、中の様子がよくわかりません。そのため、もし、だろぼうが中にも外から見えないので、入りやすいと思われちゃうかもしれません。また、窓の近くに電柱があったり、登りやすい木があったり、物置やカーポートの屋根があったりすると、そこから家の中に入ろうとする事もあります。庭に三脚やじょうぶな箱などを放っておくと、それを足場にして高い位置の窓からも侵入できてしまいます。ちゃんと見えないところへしまっておいた方が、安心ですね。さらに、

だろぼうは家の人が居ないかどうかを、前もって確認します。暗くなっても洗濯物が干されたままになっていたり、部屋に電灯がつかない場合は留守をしていると思われがちです。それに目につきやすいのが、新聞や郵便物がたまった郵便受けです。そのたまった量で長い時間留守になっていると判断され、ねられてしまうことがあります。

### どこから、どんなふうに入ろうとするの？

だろぼうがどこから家に入ってくるかというと、玄関などの出入り口や、窓から入ることが多いようです。いちばん多いのはガラスを破る侵入ですが、閉め忘れの窓や入り口から侵入してくることもけっこうあります。玄関から侵入する場合は、ピッキングといって特殊な道具を使ってカギ(錠前)を開けてしまったり、カギ(錠前)を壊してしまうこともあります。

意外に多いのは玄関の近くに隠したカギを見つけ、中に入るやり方です。家族の人数が多いと、それぞれのカギはつくりず、ポストの中や牛乳入れ、植木鉢の下などに置いていたりしますが、家族がいつ帰ってきて使うことのできるこのカギは、だろぼうにとっても、たいへん都合のよいものになってしまうのです。それから一戸建て、マンションに関わらず、注意を必要とするところはベランダです。ベランダ側の窓は大きく、カギ(錠前)も玄関ほど頑丈ではないので、ガラスを壊して簡単に開けられてしまいます。さらにベランダの腰壁がしっかり目隠しされたものだと、中に入っただろぼうの姿が見えず、見みつきりにくいといえます。

## 『若々しい脳を保つ』 — その4 —

### 脳をリラックスさせる

脳は緊張と弛緩がバランスよくあった方が良く働きます。理想は1日を3分割して仕事、睡眠、自分の時間を持つ事。リラックスさせるには、ふだん使っていない脳の部分を使う事。気晴らしも脳の快感につながります。

### — 半身浴でくつろぐ —

交感神経が働くとき興奮した状態になり、反対に副交感神経が働くときリラックスします。このスイッチを切り替えるのに有効なのが半身浴。脳がびっくりするような熱いお湯ではなく、ゆるめのお湯にゆったりつかりましょう。

### — 好きな写真に見とれる —

好きな写真や絵などを見ているとき、脳の視覚の領域は働いても思考中枢は休んでいます。これが見とれる、うっとりするという行為。こういう状態のとき脳は快感にひたり、リラックス効果が生まれます。

### — キャンドルをともし —

脳は、目からの情報が豊富なときは懸命に働こうとします。逆にほのかな灯りの中では、脳として意識しなければならぬ世界が狭まり、情報量が減ってラクになります。また炎の揺れも脳のリラックスを誘います。

### — マッサージをする —

普段は、自分が考えているほど脳をまんべんなく使っているわけではありません。脳が刺激されている範囲は以外に狭いもの。ところが全身のマッサージを受けると眠っていたさまざまな部分が刺激され、それが脳全体に伝わりリラックスできます。

### — 植物を愛する —

植物など自然界にあるものの形や色、香りは人工では作れないほど複雑。その豊かさが脳をリラックスさせます。

### — 動物と遊ぶ —

動物と遊ぶときは言葉によらないコミュニケーションが必要です。これによって普段は使わない右脳が働きリラックスにつながります。



## ～完成見学会のお知らせ～

今日は、なんと3棟開催。  
いずれも土・日・月の3日間です。  
ご都合に合わせて、ぜひおでかけください♪

☆詳細及び、最新情報は  
木族の家ホームページで

木族の家  検索

## 家づくり記念日♪

住宅リテラシーを高めると、ちょっといいかも。

金融に関する正しい知識の重要性をわかりやすく解説してくれている経済評論家の勝間和代さん。

お金は毎日使っているし、とても身近な存在。だからこそ積極的に学ばなければ正しい知識は入ってこない。でも勉強しようと思っても専門用語が多くて難しいから、なんとなく定期積立をしているだけの人が多いとおっしゃっています。これって住宅と似ています。マンションと戸建、賃貸か分譲かの違いはわかったとしても、在来工法やRC、上棟やCFなどの専門用語にクラクラ…。わかっているようで、わからないのが家かもしれません。家という物は知っているから、簡単に買える（建てられる）と思う。いえ、たとえ言葉足らずでも、自分が理想としている家は、プロなら誰もが察して（理解して）くれると信じている人が少なくないようです。

が、実はここに落とし穴があるのです。阿吽の呼吸というのは、ある程度お互いの共通言語があって成り立ちます。金融リテラシーを上げることで、裕福になるかどうかの判断は専門家に委ねるとして、希望通りの家を手に入れるためには住宅リテラシーは高い方がいい。

## ステキな読書

「大阪人の格言」小杉なんぎん著

「大阪国」という奇想天外な設定が話題になった邦画プリンセストヨトミ。そういう発想を引き出させる魅力が大阪にはあるのだろう。浪速のモーツァルトさん曰く、この書籍を読めば完璧な大阪人になるというから、反大阪を自負する方々は読むべからずな1冊だ。レンコンの穴にもラッキーゼブン、信じるもんはすくい投げや、などという意味不明な格言は彼らに任せるとして、「無理はせなあかん。が無茶はしたらあか

ん。」「下を向いても地べたしかないぞ。」など名文も少なくない。苦しい時、悲しい時こそ笑いなアカン精神は、辛さ自慢になりがちな昨今を、上手に生き抜くサバイバル術かもしれない。不幸の数を数える暇があるなら、笑い飛ばしてしまえということか。いや、そんなこと考えてるヤツが一番おもしろない、と言われてしまいそう。 (徳間書房)

9月	1 土	2 日	3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	9 日	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土	16 日	17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土	23 日	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土	30 日	1 月
2012年	先負 地鎮祭 吉日	仏滅	大安	赤口 上棟 吉日	先勝	友引 地鎮上 棟吉日	先負	完成見学会 守豊野市三郷温			先勝	友引 上棟 吉日	先負	仏滅 三隣亡	すまい りんく 発行日	友引 地鎮上 棟吉日	先負	仏滅	大安	赤口 地鎮祭 吉日	先勝 上棟 吉日	完成見学会 東筑摩郡朝日村古見			大安	赤口 三隣亡	先勝	友引 地鎮上 棟吉日	完成見学会 松本市里山辺		