2007年 夏号

いずみたより

今回のテーマ　夏（なつ）

【建築基準法の改正】

去る6月20日施行で建築基準法が改正されました。主な内容は左記の通りで、建築確認申請の時、つまり図面が出来上がり工事に入る前に「この建物をこの内容で建ててもいいですか」と国や県にお伺いを立てる申請に関わるところの改正がメインになっています。この改正が本当に改正なのか改悪なのかという議論をするつもりはサラサラないのですが、手間や費用が今までで以上に掛かる事は確かです。

改正のきっかけは、皆さまお察しの通り「アスベスト問題」との業界でも同じようですが「悪い事をする奴」がいると真面目にやっていた者も巻き沿いに負担がかかる。「イタチごっこ」とは言えど、言葉で改正の繰り返しで負担はかさむ一方のように思えてしまいます。

法を改正してもそれを守る立場の私たち一人ひとりがしっかりしなければ何も変わらない。であるならば、対処療法を施すより根本的なところの取り組みが必要。教育を受けさせる権利・勤労の権利・納税の権利が国民の三大義務ですが、ここに立ち返って「自分さえ良ければいいんだ」という意識を捨て減らしていかないと社会全体は良くならないと思うのですが、皆様いかがでしょうか。

おおつか

＜建築基準法改正の主な内容＞

- ✧ 一定規模の建築物は指定の機関の構造計算書等が必要になり、その手数料が加算される。
- ✧ 計画変更や構造書、中間検査をする事となり確認申請と同額の手数料が掛かるようになる。
- ✧ 確認書類・中間検査・完了検査は国の定める指針に従って実施する。この改正に伴い確認申請に添付する書類が増える。
- ✧ 建築確認の審査機関が21日だったのが35日に延長される。また構造計算適合性判定が必要な建築物の場合さらに35日延長される。
- ✧ 中間検査を受けなければならない対象の拡大。

「夏の思い出に寄せて」

暑い夏がやって来ますね。又思い出つくりの季節でもあります。海、山と心躍る行動が出来ます。子供たちを連れ思い切り楽しめる季節です。私の子供の頃はプールも無く、ほとんど自然の中で遊びその中から学び取った事が多かったですね。危険な事も身をもって体験しそれらが現在の生活に大いに役立っています。今の子供達に親として経験させるのも子供たちにとって大いなる心の向上に成りましょう。夏は食中毒にも気を付けましょう。食べ物が腐んでいそうな時はもったいないは禁物です。食当たりで辛い思いをした事もありました。今年の夏も有意義に過ごしましょう！

おおさわ

「夏バテの原因を考えてみよう」

1、暑さについていけないために起こる食欲不振

夏バテは、食欲がなくなることから始まります。これは暑くなると暑さというストレスに身体が適応しようとして、無理な負担がかかります。

その1つの症状としては胃腸の働きが弱くなり食欲の力減や消化酵素の働きが低下します。

そうなると、あっさりしたものや喉ごしのよい冷たいものが多くなりがちで、たんぱく質やビタミン・ミネラルなど大切なものが、不足してきます。栄養状態が悪くなりそれが悪循環になり、体調は崩してしまいます。

2、気温の急変に対応できないで起こる症状

オフィスでは冷房で冷やされ、外では炎天下にさらされるのは今では日常的に夏になると身体がうけるストレスです。体温を調節する能力も低下してきて、夏バテに拍車をかけることになります。夏になると疲労感やせき、頭痛、肩こりになる人もいます。

3、生活のリズムの乱れで起こる症状

熱帯夜で夜いつまでも暑いと、夜寝られないで、朝起きたときに頭がボーっとしていることがあります。睡眠時間が長くなったり、夜遅くまで起きている生活が当たり前になっている生活習慣の人も多くなっています。

身体のリズムは自律的になり、夜間睡眠中に疲労を回復するという自然に備わった体内の調節機能がありますが、それが、充分働かないということで、疲れがとれにくく、夏バテを増幅させてしまいます。こうやって考えてみると、あなたはどのパターンにあてはまるでしょうか。ひとつだけという人、3つ全部という人といろいろと思いますが、いかがでしょうか。一にあげたことは夏になると誰でも経験せざるをえないことです。夏バテかなと自覚するかしないかのうちに回復する人は、3の症状があるかないかで大きくわかれてくるのではないでしょうか。

おかだ

「夏の風物詩」

子供の頃の夏の風物詩の一つと言えば蚊取り線香のことです。青いとグリーン色の麻で出来ていた蚊帳がある。暗くなると蚊帳の中に逃げ込んだりした記憶がある。

蚊取り線香も今はベープマット等などに代わり情緒が無くなってきているけど、最近、見直されているのが蚊帳である。線香は無い、窓は開けて自然の風を流入出来るし、限られた空間が出来るので意外に涼しく寝ることが出来ると思う。昔と違って使用する生地も合成繊維で値段も安い。

去年から私も購入し使用している。当然エアコンは使用しないから省エネにもなる。健康を害することも無く、お勧めの夏の風物詩ですよ。

いしかわ

「夏の思い出」紫外線対策

私の"夏の思い出"それはロマンチックな思い出ではなく痛く苦しい日焼けでした。

水ぶくれにまでの状態に陥ったのを覚えています。皆さん紫外線対策をしていますか？

紫外線は太陽光線に含まれる光の成分です。人の目には見えませんが、長時間浴び続けているとシミやシワの原因となってしまいます。特によく言われた屋外では、しっかりとした対策をしていないと、長時間紫外線を浴び、肌に大損害を与える事になります。また屋内の時は、太陽光線が出ていないからと油断しがちですが、あなどってはいけません。光の量は少なくても紫外線の種類によっては、雲を突き抜け、地上に降りてくるからです。

紫外線は人を若けさせるとも言われ、身体に様々な障害を与えます。以前は夏のハカンスで日焼けして健康的などと言われてきましたが、実はとんでもない事だったのです。特に肌への老化現象は絶大で、見た目年齢、若さを保つ秘訣は、紫外線をいかにカットするかというくらい大事なことだったのです。紫外線が身体に与える症状をいくつか挙げ、しっかりとした対策をとりましょう。紫外線は3月4月からだんだんと強くなり5月から夏にかけてどんどん強くなってきます。

外出する時は、しっかりと対策をして出かけるようにしましょう。一日のうちで最も紫外線の強い時間は午前10時から午後2時の間、太陽が真上を移動している時です。日傘、帽子、日焼け止めを忘れないで。

しみず

今回は、夏の思い出をテーマに編集メンバーから、体験談・想いを寄せられ、2007年夏号の作成を終えました。日向です。

暑い、いろいろなお客様から、「どんなことを書いたらいい」の質問が多かったね。」と一そうそうでしょうか。

平成19年度公共工事発注見通し　（県土整備部データより）

- ○ 三大都市圏・・・・・
- ○ 地方圏・・・・・