

グッドのグッドニュース

暑くなりました。

早い時期から関西方面は梅雨に入っていたのでこの辺りでもすぐに梅雨入りするかと思いきや、例年より遅くになってしまいました。その分暑さも前倒しになっておりましたので、体が慣れるのは大変です。また、梅雨に入り雨の日は肌寒く感じてしまい、寒暖差についていけないオヤジは困ってしまいます。しかしもう夏、これからは暑さ、そして熱中症には本当に注意しなければなりません。家の中でもこまめに水分と塩分を補給し、今年の夏も皆さん元気に乗り切っていきましょう！オヤジも元気に活躍していきます。

さて、夏なので暑さや、また雨の降った後などのジメジメ感など不快な事もありますが、そんななかでもオヤジライダーは元気に走っています。先月も若者と一緒に林道を走ってきました。今回は**田口峠**を越えたその先にある林道です。この林道は前から気になってはいたのですが、最近を通る機会もなく忘れてしまっていたのですが、たまたまこの林道の情報を得たので行ってみました。いつもの雨川ダムを過ぎ山の中へ進んでいきます。そして峠のトンネルへ、久しぶりに来ました。ここはもう群馬県かと思いきや、峠を下った馬坂地区まで長野県です。峠のトンネルの二つ先のトンネルを抜けた所に林道がありました。躊躇なく入っていきます。前日に降った雨のせいか道はぬかるんでいて走りづらかったのですが、どんどんと進んでいきます。また片側は谷になっているので、滑って落ちない様に気を付けていきます。途中開けた所では群馬の山並みが綺麗に見えました。しばらく進むと藪になってきました、その先は崩落しており残念ながら通行出来ませんでした。仕方なく引き返し、少し走った所でなんと**オヤジライダーが転倒！**しかもぬかるんだ所です。当然オヤジライダーは**泥だらけ**になってしまいました、恥ずかしい。すかさず後ろを走っていた若者が助けてくれました。その後キックを何度も繰り返し、やっとエンジンがかかり、再スタートです。目の前にはまたもやぬかるみです。今度とは、行ったら**またもや転倒！**これにはオヤジライダーも参った。また若者に助けられて空いた場所に移動です。若者は普通に走ってきました。オヤジとでもバテてしまったので休憩にします。山の奥で景色も良いのですが、オヤジライダーは二度も泥だらけです。ハンドルのミラーは割れてしまいました。二人で話をしていると一台バイクがやってきました。タイヤの跡をみて入ってきたようです。小諸からとの事で、色々と林道の情報交換をしました。そのうちまた3台バイクがやってきました。やはりタイヤの跡があるから通れるようだと思い入ってきたようです。彼らは横浜からで、前日に佐久で泊まってこれで帰るのだといいます。皆「**類は友を呼ぶ**」なのでしょうね。引き返す時に一台はコケていました。**恥ずかしー**と言っていました。オヤジも泥だらけでしたからね。オヤジたちも引き返しましたが、2度の転倒でハンドルも曲がってしまい、応急修理しました。その後一般道に戻りもう少し下った所にある林道に入ろうと思ったのですが、オヤジライダーちょっとビビってしまいました。結局冒険は止めて、いつもの道に行くことにしました。雨川ダムまで戻り、脇の道へ進みます。もう慣れているので先程とは違ってガンガン走って行けます。「**やっぱりオヤジライダー上手だな！**」などと先程までの事は忘れて調子にのってきました。この林道を過ぎ、2本目も快調に飛ばし、そして3本目の林道に入りました。ここも砂利道ながらハイスピードで飛ばして行きました。まあさっきの失態を挽回すべく、後ろを走る若者にオヤジライダーのカッコいい所を見せるべく飛ばしていったのですが、なんとコーナーで**今度は思いきり転倒！**オヤジ左肩を強打してしまいました。**カッコ悪い~**と思う間もなく、また若者に助けられました。オヤジライダー、今日3回目の転倒で、**もう戦意喪失**です。原因は飛ばしすぎ。その後里に下り、二人で食事をして、オヤジライダーとっとと家に帰りました。しばらくは肩と首筋の痛みがありましたが、今はだいぶ良くなりました。そして若者よ助けてくれてありがとう、感謝しています。また迷惑でも救助よろしく！最近転んでも安心な懲りないオヤジライダーでした。

健康で快適な ZEH (ゼッチ) の家づくり

一年中、快適に暮らすには自然の力を活かす事も大切です

季節の良い時は外からの風が心地よく、冬は日だまりにポカポカの暖かさを感じる。そんな快適さを生み出す自然の力を暮らしに活かすことも、ZEHの家づくりには大切です。夏の打ち水によるクールダウンや植物による日差しを遮るグリーンカーテンなど、知恵や工夫もプラスして、環境にやさしい暮らしを心掛けたいものです。

夏、涼しい風を室内に取り入れ、溜まった熱気を逃がす。冬、日差しをたっぷり取り入れ、暖かさを逃がさない。これらは、すべて**窓**によるものです。自然の力を活かした快適な暮らしを実現するには、窓が重要であることがわかります。サッシの断熱性はもちろん、**通風**をサポートする機能性などにも目を向けてみましょう。

家の中で熱の出入りが最も多い窓は、**高断熱サッシ**と**高性能ガラスの組み合わせ**がおすすめです。断熱や日射熱の対策が行える窓ガラスを選定することで、暮らしの快適さがアップします。**結露**の対策も万全です。また、夏場の日除けには**スタイルシェード**も効果的です。(裏面参照)

