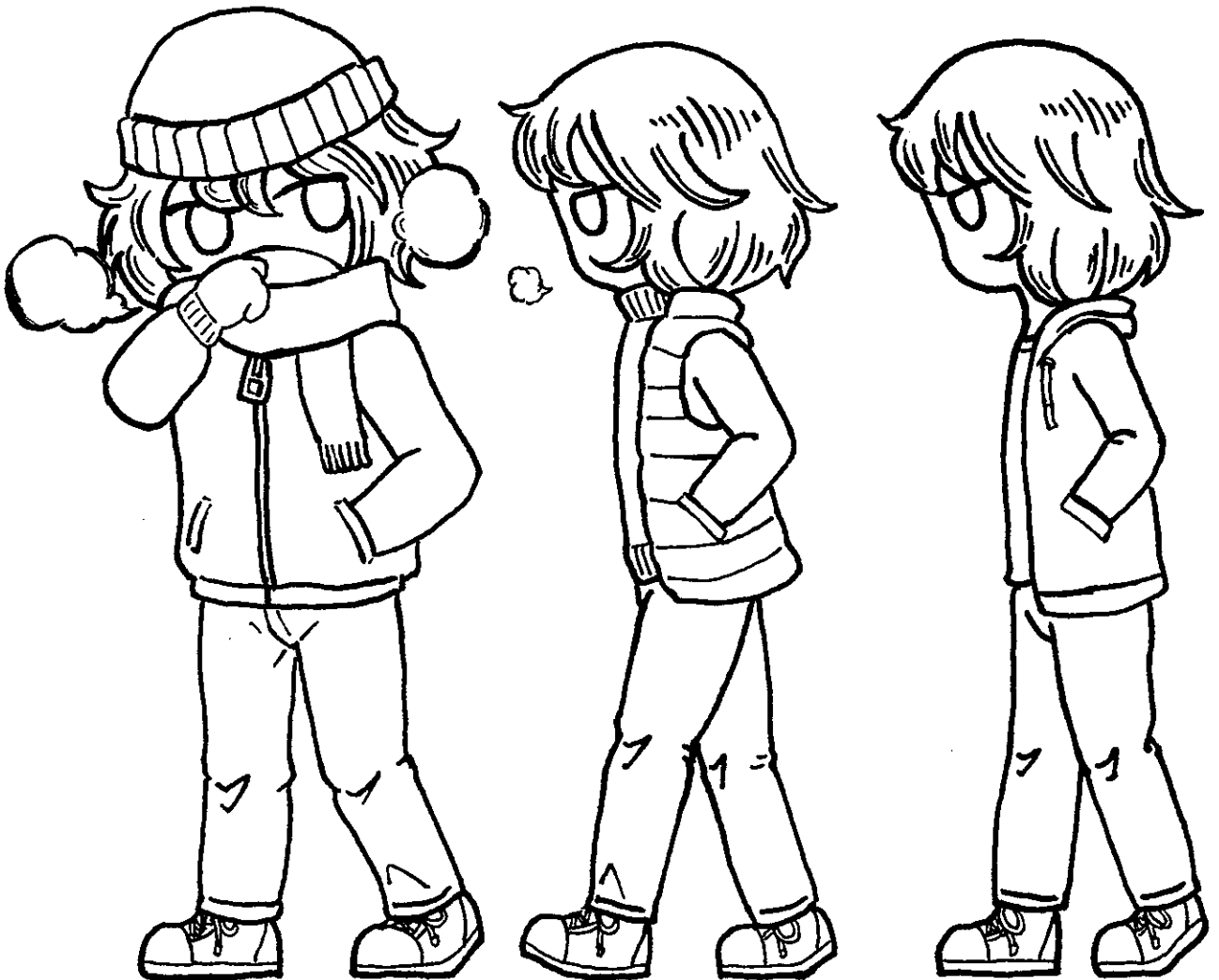


Omake no いしほ^o

No. 93

- P2 特集「寒き対策～冬の思い出とともに～」
- P6 さんまくんのほんばに
- P7 お知らせ
- P8 編集後記



寒



さ 対 策

『冬の思い出と共に』

マスクは布団に近似できると思う

今年は気温が下がるのが早すぎる。この原稿を書いているのは10月下旬、しかし東京では最低気温1桁を記録したとかなんとか。秋はどこへ。

こうも気温の変化が激しいと、風邪をひきやすくなり、たまりません。特に喉ですね、朝起きると、ガラガラで声も出ないことが続いたりもします。

喉の保湿方法は、のど飴をなめる、飲み物をこまめに飲む、部屋の湿度を上げる、などなど様々ありますが、中でも効果的なのは、マスクをつけることですね。夜寝ている間にマスクをしていると、朝の喉の乾燥はかなり軽減されます。

マスクの便利なところは、用途が保湿に限らないところです。寒さ対策にも使える。顔面を布で覆えますからね、風よけに最適、マフラーや帽子と併用すれば頭部の防寒は完璧です。

ねむりにつくとき、われわれは鼻呼吸を中心に生きていますから、よっぽど我慢強い人が、呼吸力の頼もしい人でない限り、顔面にぶあつい布団をかけるわけにもいきません。そこでマスクを顔の布団にしてあげるのです。比較的楽に呼吸もできますし、あったかい。保湿もできて、一石二鳥ですね。

最近、柄や形に遊びをきかせた面白マスクも販売されているようで。粒子除去機能も多岐にわたり、便利な衛生グッズになっています。

まあ、冬のマスク、最大の利点は、ノーメイクの顔面をカバーしてくれることに尽きるのですが。

寒さ対策もだけど乾燥対策も、ね？

秋に入り気温の下がりを感じるこのごろ、体の冷えに悩まされると同時に乾燥にも気を付けなければいけない。

自分は元々肌が弱く、この季節は特に肌にダメージを受けやすくなってしまいます。十分な対策をせず外出しようものならあっという間に肌が乾燥してボロボロに……。むず痒くなるし粉も出て見た目も良くない。ひどい時にはひび割れて傷口がパッキリ、なんてこともある。さらに開いた傷口に風が当たり地味な痛みにも苦しむことになる。

数年前までこんな状態だった自分である。今は外出前にしっかり保湿クリームを塗りたいように習慣付けている。おかげで肌の乾燥はしにくくなったが、今度はクリームを塗った場所のベタつきが気になるようになった。……どうにかならないものだろうか。

某感染症との戦い

冬の時期になると、いろんなところでお騒がせをするのがインフルエンザ。「インフル」と日本語では略されて、英語では「フリュー」と略されるなど言葉遊びとしても面白いけれども、感染する時期さえ間違えると、そりゃあ悲惨なことになってしまうのです。

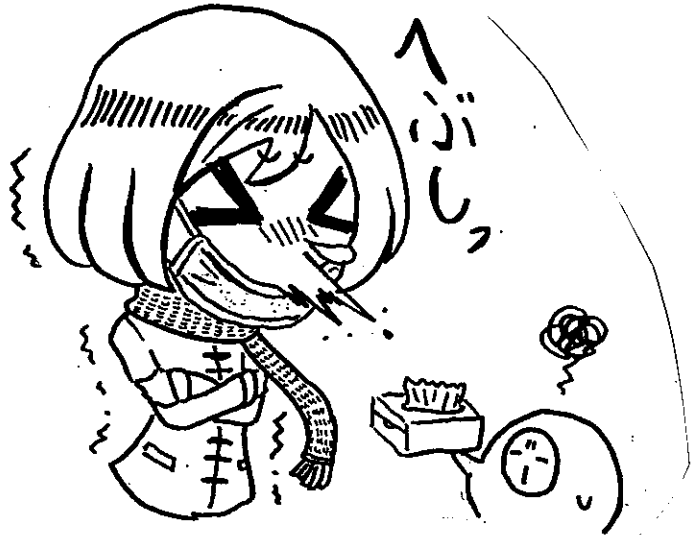
かくいう私も変な時期、はっきりと断言してしまえば、正月三が日、世間様がお屠蘇気分の真っ只中にフリューにかかりました。

ことの始まりは、初詣で感じた嫌な寒さ。しっかりと防寒対策をしたはずなのに寒い。そそくさと帰り、布団に入った翌朝明らかに高熱。

「カゼひいたか？」と思っても、病院はお正月休みで開いておらず、おまけに休日外来はお子様以外、受付しておらず、ましてやただのカゼのためだけに救急車を呼ぶだなんておこがましいし……と悶々としながら一日が過ぎ、ようやくお正月休みが終わった病院に駆け込むと「インフルエンザですね」というお医者サマの弁。

しっかりと服薬し病気を治すまでに数日かかることになりましたが、その数日後学校から「おたくのクラス、学級閉鎖になりましたんで」と電話が回ってきた時には思わず閉口しました。

以来、しっかりと寒さ対策もさることながら、フリューの予防接種に勤しむようになったのは言うまでもありません、予防接種のお金は高いけど。



寒いのは苦手です

寒いこと自体はそこまで苦手じゃないんですが、寒いことによって起きる現象が嫌いです。その名を静電気という。奴はどんな場所でも放電を生み……痛い。

対策は……最近では静電気対策グッズも売られていますが、案外簡単だったりします。

(1) 金属には鍵の先端で触る

人間の手はブロンズ像と同じくらい電気を通すので、ドアノブなどの金属を触れば簡単に放電します。そこで……触る前に鍵でタッチすれば、鍵の先端で先に放電してくれます。

(2) 金属を触る前に地面を触る

地面を触れば体にたまっていた電気は大地に流れていくので、痛い思いをしません。

これだけです。簡単にできますので、ぜひ今年の冬にお試しを！

冷たい空気は足元から

数年前に住んでいた家でのこと。

夜のPCタイム、座卓タイプのPC机に向かってマウスをカチカチしていると、だんだん右手の動きが鈍くなる。キーボード入力をしていても同じだ。

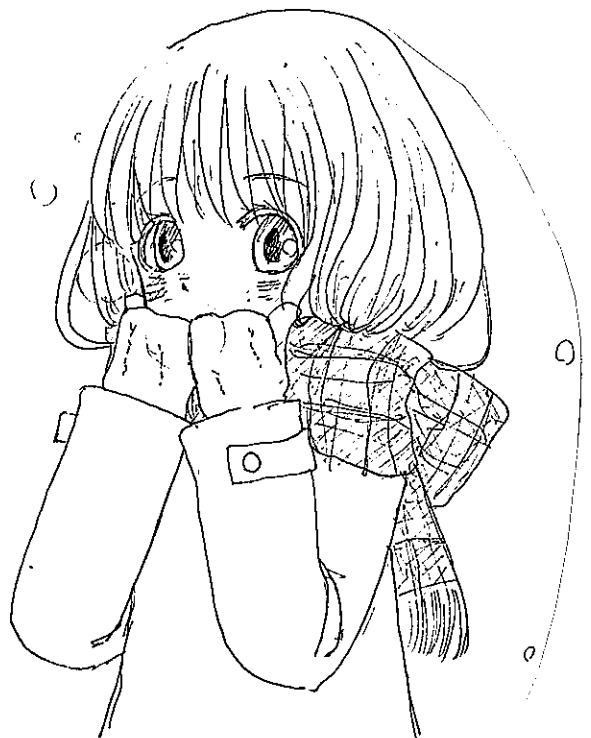
左手で右手を触ってみると、右手だけ冷たい。というか、右足も冷たい。左足は温かい。

ちょうど部屋の境目に配置してあったPC机、左側は部屋に面して、ヒーターのぬくもりを感じるが、右側は隣の部屋。暖房がついていない。冷たい風が流れてくる。

着るもので調整するにも、左側は暖かいので難しい。

結局暖かな飲み物の他、右手だけアームウォーマー（肘から手の甲まで覆うやつ）をつけ、ひざ掛けを右足だけ掛けるというなんとも変な格好で机に向かっていたのだった……。

今は部屋の中心位置。寒い時は寒く、暖かい時は暖かい、とても良い席なのであります。



有史前の防寒対策

来月で今年 2017 年も終わろうとしている、辺りの景色も冬支度をする中寒さ対策をするのは何人も人間だけではない。

アフリカゾウは大きな動物だ、勿論史上最大の生物は過去にいくらでもいたがゾウは陸生脊椎動物の中で大型なのは間違いない。

ゾウは体温を上げすぎない様に体毛は哺乳類の中でもかなり薄い部類に入る。

また大きな耳はラジエーターの役割もしていて、広面積を風に当てて冷やしたり耳を団扇の様に動かしたりする事も出来る。大型で熱を持ちやすいゾウが暑いアフリカで暮らしていくための「暑さ対策」だ。

ではかつて生存していた「寒さ対策」に特化したゾウはどうだろう。

おそらく「マンモス」の名前を聞いた事のない人はほとんどいないだろう。氷河期(厳密に言えば現代「第四紀」もまだ氷河期なので始氷期)に繁栄した全身を長い体毛に覆われたゾウ。

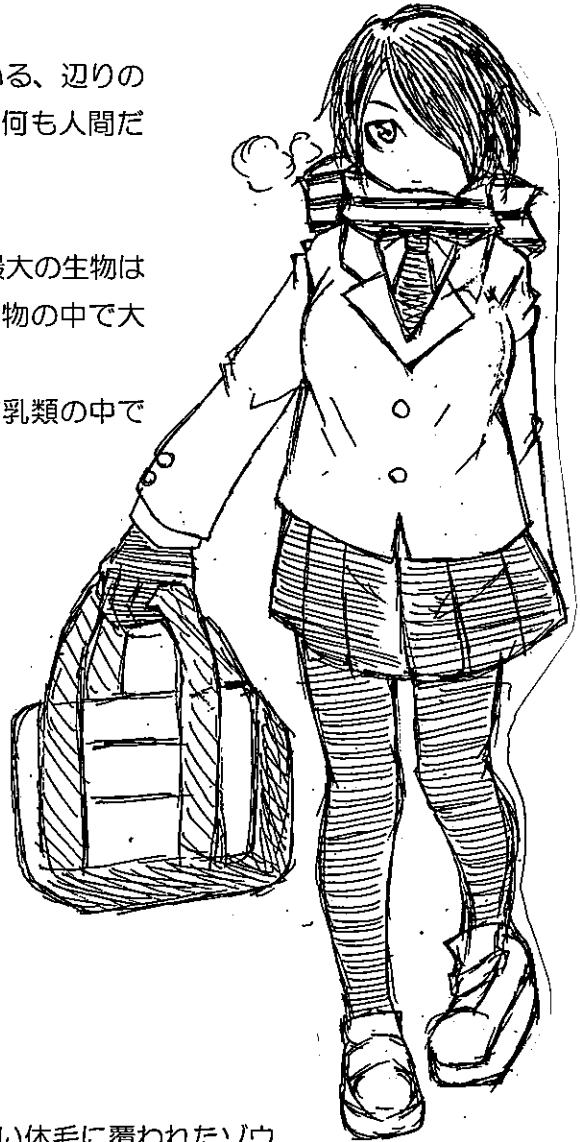
「ウーリーマンモス(ケナガマンモス)」の名前で知られるこのゾウは体毛が長いだけではなく、耳が現代のゾウに比べてかなり小さいのである。

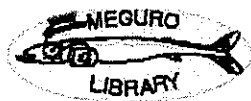
マンモスは化石だけでなく全身が氷漬けになったものもあったのでその小さな耳まで保存されていたのだ。

耳が小さいのは言わずもがな、氷河期の冷たい気候に適応したものである。

冷たい風に触れさせず表面積を小さくする、寒さ対策は有史以前から脈々と受け継がれているのだ。

ちなみに私の寒さ対策は恐竜の DVD を見てテンションを上げる事である。





さんまくんのほんぼこ

『神さまになりまして～ヒトの名前を捨てました～』

石田リンネ／著 2015年 KADOKAWA

神様の代替わりによって「ご隠居」と呼ばれる神様に就くことになった千鳥。さあ、お屋敷のある葉山でのんびりとしたご隠居ライフ（セカンドライフ）開始とはならず……

そんな展開で始まるこのお話。土地神様だって大変なわけで、神さま会議に、亡霊の後始末、果てには新しい守護代の育成とやっていることはどこかで見たような光景そのまま。でも、そういう日常の中で神様になるということの意味を覚えるのだとするならそれはそれでまたいいのかなと思ったりします。

各々のキャラクターの立ち振る舞いがほほえましく、それでいて、瑞々しいイメージが作品を引き立てているので何度でも読みたくなります。

なお、キャラクターの名前が関東各地の地名ネタなのはご愛嬌。

<続刊>

『神さまになりまして～ワガママを叶えました～』2016年

『神さまになりまして～オヤスミなさいを言いました～』2016年



編集メンバー：あまみ、kuya、K-t n、芹が谷、谷月、あお、みかげ、ばんり、Mu_min

「OMAKE no いっぽ」編集委員・投稿募集中!!!

あなたも次号以降の編集に参加してみませんか？

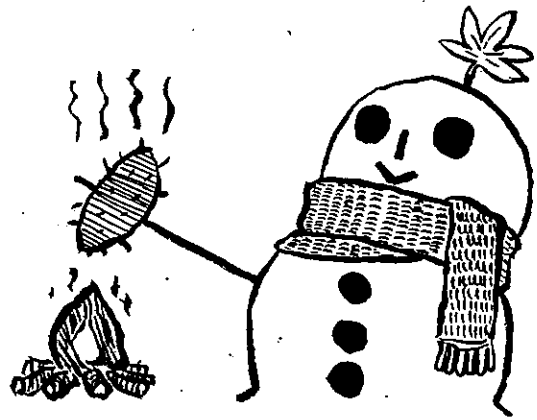
「OMAKE no いっぽ」の編集会議に参加してみませんか？

編集に興味のある人、イラスト、まんがを描くのが好きな人、みんなと何かしてみたい人など大歓迎です。

会議に出られなくても大丈夫。興味のある人は問い合わせてみてください。

企画の持ち込みも受け付けます。イラスト、ポエム、エッセイ、本やCDの紹介など、何でもOK。お名前（ペンネーム）も忘れずに。

なお、紙面の構成によってサイズを縮小することがあります。ご意見やご感想もお待ちしております。申し込み・投稿は下記八



雲中央図書館 YA サービス担当までどうぞ。郵送でも受け付けています。

次号以降の会議予定（毎月第3土曜日を予定しています）

日時

会議内容／発行号		94号	95号	96号
1回目	特集などの内容と担当決め	12月16日	4月21日	8月18日
2回目	文字原稿締め切り・校正	1月20日	5月19日	9月15日
3回目	全ての現行の締め切り	2月17日	6月16日	10月20日
4回目	発行・配付	3月17日	7月21日	11月17日

場所 八雲中央図書館内の会議室で行います。

（めぐろ区民キャンパス地下1階の図書館に入って、YAコーナーの奥の部屋）

直接編集会議に参加も大歓迎です。

お問合せ・お申込み・ご意見・ご感想は、

八雲中央図書館YA（ヤングアダルト）サービス担当まで。

目黒区立図書館YA広報誌「OMAKE no いっぽ」第93号

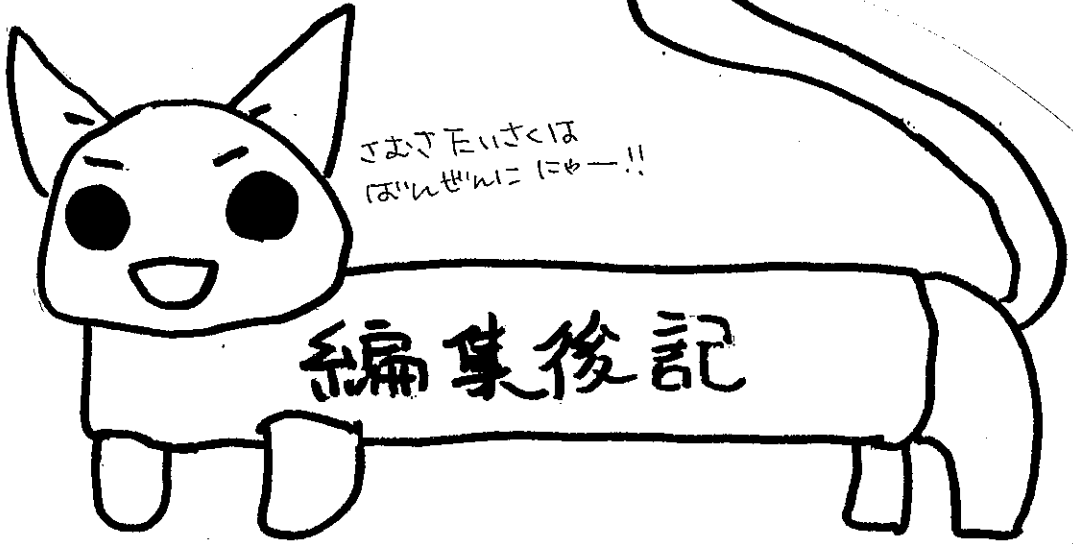
2017年11月発行

編集：「OMAKE no いっぽ」編集委員会

発行：目黒区立図書館



目黒区立八雲中央図書館 YA（ヤングアダルト）サービス担当

〒152-0023 目黒区八雲1-1-1 TEL(5701)2795




さあさいは
ぼんせんにいっ!!

編集後記

買って来た、車校、いつもの車
 がと  がソウル Death! と言われま
 そりゃー。8万キロも走らば、ほい5万円 death.
 を運攻で分解。危うく
 文鎮にしかけました。
 そろそろタイ程まで。
 k-ten.

絵柄変えた
 少し昔  →  今
 びほー  あふたー
 mu_min 


 たーた

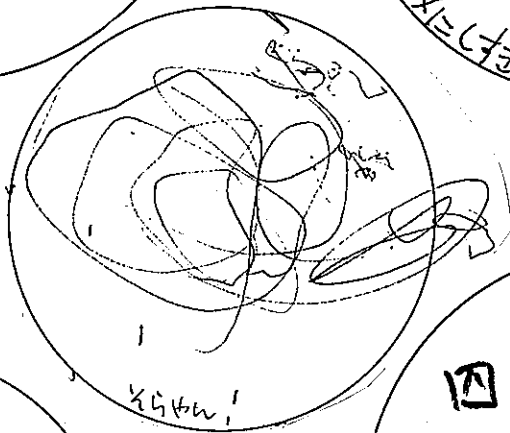
梅水喝ほい 
 日本酒が
 おいしい季節
 びす 
 けり

ある日のオマケにも書いたけど
 12月ミネラルウォーターは
 バージェス、ケンジャン特集!!

 TANI

さる日、人の心って何い
 あんなになあへて思ったのです。
 とうか！ そう思うような出来事か。
 ありましてねえ〜……

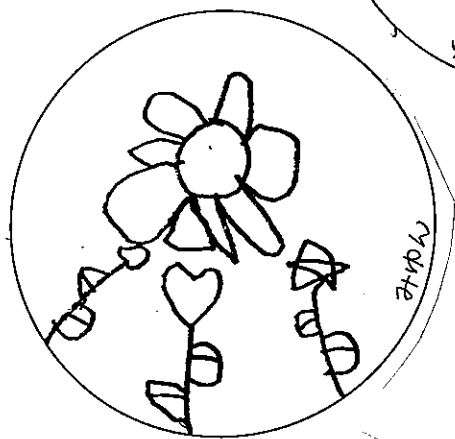
y. serigaya




四角い心が
 丸くなつてしまった…?



(24)



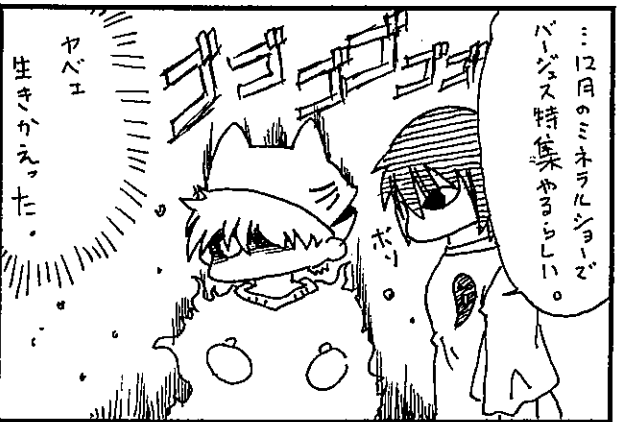
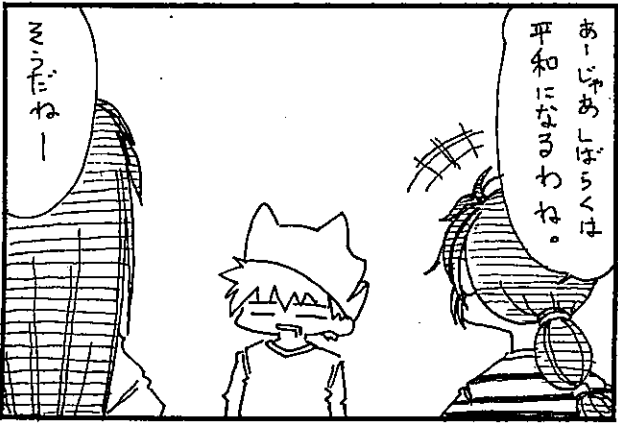
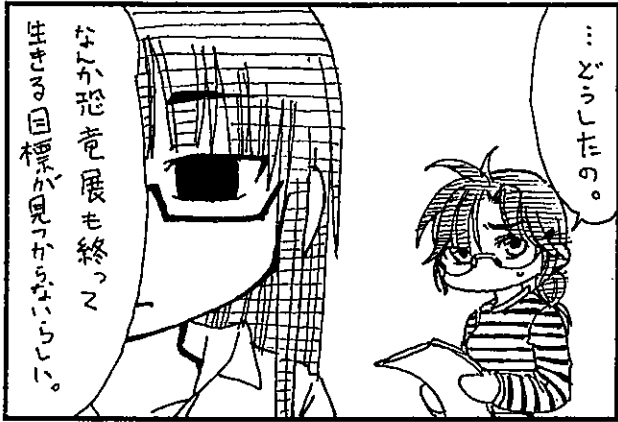
ツイッパのアイツ
 のニッ、
 又くおためらひしてしまつた
 この 隔集後記。 ☆



このニッ
 「うまいっ！」

あーまのちびっ子たち、
 スクスク育つてくま。

☆ ぶっ ーどー ぶっ ☆



お日のOMAKE

マイヒヒ



BANKO