

第88回みんなラボカフェ

わたしたちは海につながっている…海の恵みを守るために今考えたいこと

2023年7月28日に開催された、青山学院大学コミュニケーション人間科学部の武田美亜先生による、「わたしたちは海につながっている…海の恵みを守るために今考えたいこと」の内容について紹介いたします。先生は専門分野は多岐に渡るとのこと。今回はその中から、海へのダイビング歴25年を通して見えてきた異変についてお話しいただきました。

1. 海水温の上昇による影響

海に潜っていて目立つことの1つは海藻の消滅による磯焼けで、海藻の生息域が北上し、あとに残った海藻をウニや魚が食べ尽くしてしまうことで発生している。また、土砂の流入などにより太陽の光が水中に届きにくくなって、海藻が育たなくなった場合もある。

海藻が無くなると、これをエサとするウニ、アワビなどや魚類が減り、漁業や食文化の衰退にもつながってしまう。また、水中の二酸化炭素(CO_2)を吸収し、酸素が放出されなくなると CO_2 は炭酸(H_2CO_3)になり、海水の酸性化が進む。炭酸カルシウム(CaCO_3)の殻や骨格を持ったエビ、カニ、貝類などの成長が阻害されてしまう。

サンゴは光合成をする褐虫藻と共生、藻の作る

栄養分を頼みとするため、褐色化している。しかし、水温が 30°C を超えると褐虫藻は逃げ出して白色化し、サンゴ自体も死ぬため再生できなくなる。サンゴ礁はサンゴ虫が生きていく中でサンゴの骨格や他の生物の残した石灰の殻が積み上がったもので、海の生き物の「家」が住処とし、また天然の防波堤の役割を果たしているのと、目には見えない世界で大切な役割を果たしてくれている。

2. プラスチックごみによる影響

海が直面している問題の一つに、プラスチックごみによる被害がある。物理的被害としては、漂着して海岸に溜まると生き物がエサと間違えて食べ、体内に蓄積して死ぬことがある。化学的被害としては、製造時に添加された化学物質が海水中に流れ出すことや、汚染物質を吸着したプラスチック片を、生き物が取り込んでしまうなどの被害が想定される。

プラスチックの厄介なところは、集積所に出したゴミや車の合成ゴムのタイヤや、フリース素材の衣類、フライパンのテフロン、農水産物の消費に伴うプラスチック等の意図せぬ流出などがある点である。プラスチックのゴミ処理が難しく、コストのかかることも難点となっている。

3. 海が直面している問題と暮らしの関係

前述した海洋の酸性化に加え、農業排水、工場

排水や生活物質による海水の富栄養化や貧酸素化、化学物質による汚染などがあげられる。このような生息環境変化による生物の死滅や獲り過ぎによって、生物の多様性や個体数が減少するなどの問題が生じている。海の環境変化は私たちの生活と密接に関係しているが、見えにくいことからつい無関心になりがちである。

先生は、ダイバーとして、海藻の養殖やウニの駆除による藻場の再生やサンゴの養殖に取り組んでおられるそうです。海の恵みを守るため、個人としてできる行動や社会の仕組みとしてできることなどに携わっているように思っておられるとのことでした。

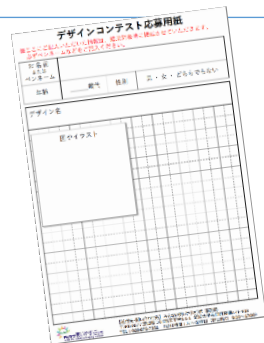
先生のお話にすっかり取り込まれ、三好達治の詩「郷愁」の「海よ、僕らの使う文字では、お前の中に母がある。そして母(mère)よ、仏蘭西人の言葉では、あなたの中に海(mer)がある」という一節が脳裏に浮かび、生命の産みの母である海の恵みに、改めて感じ入りました。ありがとうございました。(本田)



「生活の中のデザイン発見！」コンテスト 結果発表

この度、みんなラボでは2023年6月～8月に「生活の中のデザイン発見！」コンテストを開催しました。

これまでみんなラボ広報誌「四季報」では「面白デザイン発見記！」や「はらはらデザイン発見記！」と題して、四季報編集員が生活の中で見つけた「良いデザイン・悪いデザイン」をご報告してきました。しかし、世の中にはもっと様々な「良いデザイン・悪いデザイン」があるのではないかと考え、四季報編集委員だけではなく、みんなラボ会員の皆様、みんなラボ会員様のお友達・ご家族・お知り合いな



ど、幅広い方から「生活の中のデザイン」を募集し、「使いやすいデザイン」について皆さんと一緒に考える機会を設けたいと考えたためです。

そこで、身の回りにあるモノで「これは使いやすいね」「ちょっと

使いにくいね」「このデザインは、こうすれば使いやすくなるのに…」と日頃感じているものを、年齢性別問わず誰でも応募可能として募集しました。

その結果、計41件の応募がありました。応募していただいた皆様、本当にありがとうございました。ご応募いただいた「生活の中のデザイン」はどれも興味深く、大変勉強になるものばかりでした。

応募していただいたすべてのデザインをご紹介したいのですが、紙面の都合で1度にすべてを掲載することができません。そこで今回は、第1弾として、いつもより紙面を2ページ拡大し、四季報編集委員による協議により厳選した7件についてご紹介いたします。投稿者さんからのコメントに、四季報編集委員からのコメントも添えておりますのでご覧ください。

今回掲載できなかったデザインについても、順次、今後の四季報でご紹介する予定です。お楽しみに。（安久）

デザイン名：取ったら開く便利なキッチンポリ袋（株式会社エルベ・プランズ）

（コバステッチさん・70歳代女性）

写真



←投稿者さんから
↓編集委員も発見！
（ダイソー）



投稿者からのコメント

袋上部に折り返しがついていて、袋の口が開きながら取り出せるのでとても便利です。ポリ袋を開ける時のイライラ感が解消されました。

絵の説明では、折り返しの部分に指を入れるように表示していますが、先端を摘まむだけでも、口が開き、袋を取り出せました。また、フック穴が付いているので、家事に便利な所に吊り下げて使用できます。

四季報編集委員からのコメント

市販されているポリ袋はさまざまなサイズがあり、手軽に使うことができるので、薄いながらも大活躍しているのではない

かと思います。しかし、大量にまとまっているポリ袋は、開け口がピッタリとくっついていて開きにくく、イライラしたことがたびたびありました。今は、スーパーマーケットなどの店舗には、水などで指をしめらすものが置かれているので、イライラ感は多少解消されました。このキッチン用ポリ袋は片側を折り返してあるので、そこに指をかければ口が開いたままのポリ袋を一枚ずつ取り出すことができます。感動的な小さな工夫です。（沼尻）

デザイン名：両面使える洗濯ネット(ダイソー)

(Y・Nさん・30歳代女性)

写真



編集委員会にて撮影

投稿者からのコメント

表と裏の両面使えるダブルファスナーが使用されています。ネットを表に返して洗濯物を入れるひと手間が省けるので、お子さんがいるご家庭や洗濯物が多いご家庭には、時短になり便利です。また両面使用する為、ほこりがたまりにくいです。

四季報編集委員からのコメント

正式な製品名はリバーシブル洗濯ネットと言うそうです。ダイソーで買えます。使っていてあまり裏返しになる事はないかな？とも思いますが、表か裏かを確認める必要がなく、安心して洗濯物をネットに入れる事がメリットにつながるかなと思います。毎日家事をやっている主婦の目線です。(鶴川)

デザイン名：QRコードで注文お願いしまーす!

(F・Kさん・70歳代女性)

写真



イメージ写真

投稿者からのコメント

先日、イタリアンレストランでの注文の際に「QRコードにての注文をお願いします」と告げられ、初めての経験で思わず「貴方に注文できませんか?」と尋ねました。がQRでお願いしなすと言われてしまいました。

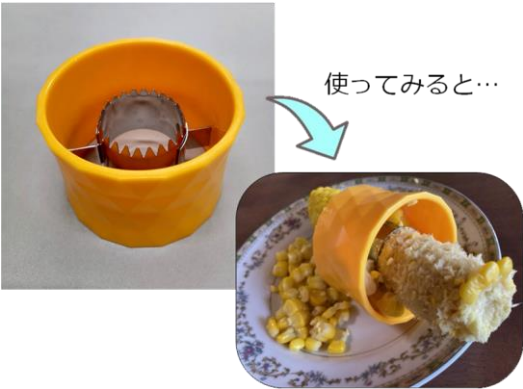
携帯を使いながらの注文、なかなか進まず後からの方達が先に食べ始める始末。サービスの劣化、席の占有時間、顧客満足度、リピーター率を考えてもこの方法でのメリットはあまり無いのではと思いました。また、私達高齢者にとってはすこぶるやさしく無いシステムだなとも感じた次第です。

簡素化やITの導入も時代の流れだと理解出来ても臨機応変の一考もお願いしたいと思う体験でした。

四季報編集委員からのコメント

以前に、本広報誌19号にも“扱いにくいタッチパネルの注文方式”という題目でおなじような体験の話が取り上げられていました。高齢者にとっては情報端末を扱ってのいろいろなやりとりは、なかなか分かりづらく面倒なもの。時代の流れといえばそれまでですが、こういった事態をフォローするには、高齢者との暖かいやりとりがもう少しあっていいような気がします。経営者側に対する顧客サービスという観点からも“切実なご意見”でした。(根岸)

写真



編集委員会にて撮影

投稿者からのコメント

ギザ刃が付いている方を、とうもろこしの細い方から差し込んで、ねじ込むように回していきます。

軽い力でザクザクと、面白いように削げます。1粒1粒がきれいに取れるので、お手軽に料理に使え、時短につながります。

缶詰や冷凍食品も美味しいですが、自分で茹でたとうもろこしを料理に利用するのは美味しさが一味違うのではないのでしょうか。

四季報編集委員からのコメント

トウモロコシはかぶりついて食べるのが一番美味しいと思いますが、料理によし、保存によし、加工品としてもよし、の優れた食材です。家庭菜園で収穫したトウモロコシの粒を、簡単に取れたら良いと思い、私もこの「コーンカッター粒とーる」を使っています。

コーンカッターは内直径6・5センチ、高さ5センチのコンパクトサイズです。トウモロコシの大きさにかかわらず、ほとんどすべてがコーンカッターの中に入り使用出来ました。また外側は手が滑らないように幾何学模様が施され、持ちやすいように真ん中が少し細くなっているので、力を入れなくても簡単に回すことができ、楽しく面白く使用している便利なグッズです。コスモスさんが書かれたように「缶詰や冷凍食品とは美味しさが一味違う」ように私も思います。

季節限定の利用で終わらず、11月現在、国産、外国産のトウモロコシを1本のまま真空パックにして加圧加熱処理した状態でも売られています。コーンカッターを使用する機会が増えていますね。(石橋)

デザイン名： シリコンバッグ

(アーチャンママさん・60 歳代女性)

写真



編集委員会にて撮影

投稿者からのコメント

シリコン製で「自立」可能な容器です。シチュー、スープ等なんでも簡単に入れることができ、容器の上部が棒で閉まります。

そのまま立てて、冷蔵、冷凍庫へ、また容器ごと、レンジで温める事もできる優れものです。洗って何回でも利用できるのにビニール製の保存袋より環境に優しい商品と思います。

四季報編集委員からのコメント

自立可能なので、保存時の置き方に気を使う必要がありません。レンジでそのまま加熱できる点も便利です。保存する対象が液体であろうと、個体であろうと利用できるでしょう。この商品に、いろいろ保存容量(大きさ)があると、さらに無駄が少ないと思います。(中井)

写真



編集委員会で
すき間の凹凸が少ないものを見つけました！

投稿者からのコメント

フライパンに傷つけない材料で、食材がすくえるようになっていて、先の方が少し薄くなっていると使いやすいのでは。

事務局が詳しくお伺いしたところ

持ち手部分と先端のヘラ部分で材質が違うため、すき間ができてしまっており、そこに汚れが溜まってしまうそうです。そのため、すき間がないデザインができたらいいのに、と思っておられるそうです。(安久)

四季報編集委員からのコメント

調理器具に欠かせないものにフライパンがあります。フライパンにもい

ろいろな形や素材の種類があり調理によって使い分けしています。どれも長期間大切に使いたいものです。それには、傷をつけないように使用することが大切です。ヘラの素材にも金属製や木製、シリコン製などがあります。金属製のヘラは気を付けていても傷がつきやすいですが、シリコン製のヘラは耐熱性に優れておりその上柔軟性があります。しかもヘラとお玉が一体化されて、炒める、混ぜる、すくうなど使用頻度が高くとても便利なキッチン用品と思いました。先端部分の厚さや、中間にあるつなぎ目も機能上必要なかもしれませんが、使用する人にとっては使いやすく、洗いやすいのいいですね。（新関）

写真



編集委員会にて撮影

投稿者からのコメント

野菜カッターにミキサーが加わり、進化した商品です。可愛い形状で、小人数には適した大きさです。
少し硬い食材は小さく切る必要がありますが時短にもなり、人力なので環境に優しい商品です。

四季報編集委員からのコメント

野菜カッターで、キノコやタマネギを小さくみじん切りにしてハンバーグを作ってみたら、粒々の食感があり、より旨味が感じられた（右写真参照）。
また、ミキサー機能を生かし、好みのドレッシングや卵と小麦粉を攪拌してパンケーキの素材も、容易に作れた。小型で場所ふさぎにならず、大小のみじん切りが容易に作れたので、私もこの記事を書くことを機に購入しました。（本田）



編集委員の自宅で
使ってみました

四季報
が置いてあるところ

□市役所・官公庁
つくば市役所・関係部署
つくばみらい市役所
牛久市役所
守谷市役所
阿見町役場
茨城県県南生涯学習センター

□筑波大学および病院関係
筑波大学
筑波大学附属病院
筑波メディカルセンター病院
筑波記念病院
筑波学園病院

□市・公共団体
つくば市社会福祉協議会
みどりの風(旧つくば市民大学)
つくば市民活動センター
つくば市ふれあいプラザ
阿見町中央公民館
阿見町本郷ふれあいセンター
阿見町君原公民館
阿見町かすみ公民館
阿見町舟島ふれあいセンター
牛久市社会福祉協議会
牛久市シルバー人材センター
牛久市エスカードビル
牛久市生涯学習センター
牛久市ボランティアセンター
牛久市中央図書館

編集者紹介

【みんラボ会員】

石橋、鶴川、落合、東海林、中井、
新関、沼尻、根岸、星、本田

【筑波大学大学院生】

鍾、岩根、澤田

【教員スタッフ】

原田、葛岡、須藤、矢野、菅原

【みんラボ事務局】

小竹、斉藤、森、安久



され思うように伝える事が
出来ませんでした。皆様のご
協力に感謝いたします。

(鶴川)

大きな声を出して呼びかけましたがマスクで遮断
した。みんラボからは鶴川・石橋の二人が参加しまし
た。
今年の宣伝日は8月11日12時～13時まで行いま
す。
団体ボックスはレジを出た正面に置かれて
います。
みんラボもこの活動に参加しております。是非ご協
力下さい。団体ボックスはレジを出た正面に置かれて
います。

原田先生よいご挨拶

個人的な話で恐縮ですが、23年度末で筑波大学の教員を「卒業」いたしました。いわゆる定年退職ですが、その後も客員という立場になり、ひきつづきみんラボのお仕事は続けさせていただきます。どうかよろしくお願いいたします。

筑波大学では2010年から、13年間お世話になりました。国立大学法人の激動の時期であり、今も続く「厳しい冬の時代」での務めとなりました。そのため大学運営の仕事では自分自身が納得のいかないことも多々あり、残念であり申し訳ないとも思っております。とはいえ、多くの学生さんたちとの交流はやはり楽しく、刺激に満ちておりました。また何よりもその職にあったからこそ、「みんラボ」での活動を始め、ここまで続けられたことを大変ありがたく思っております。

正に「第二の人生」に向かう今、また会員の皆様からいろいろお話を伺いたいなとも思う日々です。今後ともよろしくお願いいたします。(原田)



にとっても「みんなの使いやすさラボ」を考えて行きたい
と思っています。よろしく
お願い申し上げます。(新関)

編集後記

会員の皆様と、四季報を愛読していただいております皆様、2023年6～8月に「デザインコンテスト」への情報を募集いたしました。感想・提案など多岐にわたる多くの投稿をいただきました。誠にありがとうございます。すべての投稿を掲載したいところでしたが、紙面の都合により、広報委員で七編を選考させていただきました。本号の四季報に「特集号」として、デザインコンテストの結果発表を掲載いたしました。

私たちが普段見慣れているもの、何気なく使用しているものを改めて見ますと、ちょっとしたアイデアが大きな発見に結び付くことが今回のコンテストでも分かりました。「みんラボ」ではこれから皆様と共にデザインに注視して、高齢者

〒305-8572 茨城県つくば市天王台 1-1-1 筑波大学人間系 (共同研究棟 A408)

お問い合わせ

TEL : 029-879-7351 (受付) 月～金 9時～17時

みんラボ 四季報

みんなの使いやすさラボ

FAX : 029-879-7352 e-mail: mado@tsukaiyasusa.jp

第24号 4月1日発行