

# 何よりも大切なもの

## 水の確保と簡易浄水器の性能

●こまめに入れ替えをするなら普通のミネラルウォーターでもかまわないが、長期間の保存を考えれば、災害対策用に開発されたものがお薦め。写真はスーパー保存水 岩手県北上山系の鉱泉水（磁鉄鉱、花崗岩、石灰岩などの岩盤でろ過されて、微生物の混入や細菌類・有機物などの不純物の含有が非常に少ない）を使用して、5年の保存が可能 価格：168円（500ml）/315円（1.5ℓ） 東京都葛飾福祉工場 ☎03-3608-3541

### 保存水



●紫外線は目に見えないが紫外線照射中は青白い可視光線で処理確認が可能。紫外線照射装置は単3乾電池4本を使用

●ステリベン/セーフウォーターシステム 水道水の殺菌に使用されている塩素殺菌でも死なないウイルスや原虫生物のDNAを紫外線で破壊、再生できないようにして殺菌を行なう携帯用浄水器。ヨウ素や塩素を使わない殺菌方法なので人の健康にもいい。1ℓの水を約90秒で殺菌できる。紫外線照射装置とフィルター付きのウォーターボトル（容量：1ℓ）のセット。価格：1万9425円 東京都江戸川区 ☎03-3209-0750 www.aandf.co.jp



●右はMSR/ミニワークスEX 軽量、コンパクトでハイキングから長期旅行まで幅広く使える浄水器。0.2ミクロンのセラミックフィルターを使用してバクテリアのろ過も可能。重量：456g 価格：1万6800円。左はMSR/マイオックス浄水器 都市部の浄水施設で使用されている混合オキシダント浄水器をポケットサイズにした画期的モデル。塩と水から高濃度の殺菌液を作り1回に2ℓの浄水が可能。フィルターシステムではないのであらかじめゴミなどを簡易浄水器で取り除く必要があるものの通常の浄水器では濾過することのできないウイルスまで殺菌できる。重量：99g 価格：2万5200円 東京都葛飾区 ☎0256-32-0860 www.e-mot.co.jp

### 浄水器のいろいろ



●MSR/ミニワークスEXはポンプ式に水をくみ上げ、接続したボトルやウォーターバッグにろ過の済んだ水をためる。フィルターは現場でクリーニングも可能。MSR/マイオックス浄水器は浄水器上部に塩と水を入れ、電気を通すことでオキシダント液（オゾン水）を作り、未処理の水に加えることで殺菌を行なう。殺菌効果は塩素の約2倍、O-157のほか、ヨウ素でも殺せないウイルス類も殺菌することができる

人間は通常1日に3ℓの水を必要とするといわれている。家族4人で1日12ℓ、3日で36ℓ。ポリタンク2つ分になる。水道が機能しているときには、36ℓの水をためることなどいともたやすいが、葉に付いた水滴を集めるとなると1日かかっても終わらない。

日本は川や湖が多く、ほかの国に比べれば水についてはかなり恵まれている。だから逆に水のありがたさも忘れがちで「湯水のように使う」といふ言葉が生まれたりもする。

海外、特にインドや中国、東南アジアに行くときには「生水を決して飲むな」といわれる。現地の人々が平気で飲んでいられる水でも、普段非常にきれいな水しか飲んでいない我々は強烈な下痢を起こす。先進国といわれる国の人間ほど、胃腸は甘やかされている。フランスはじめヨーロッパの国の多くは水の中のミネラル分が多い硬水で通常の飲用には適さない。日本は飲みやすい軟水で、このミネラル分の違いだけでおなかを壊したりするのだから、人間の水に対する反応はかなりデリケートといわざるを得ない。

被災時に注意したいのは下痢だ。体力を非常に消耗するし、大量の水分を体外に排出してしまうので脱水症状を起こしやすい。仮設トイレで人が列を作っているときに

## 浄水テスト

●土を入れて作った泥水を用意。もちろんこのままでは絶対に飲めたくありません。よって味もニオイも不明だが、ザラザラして超マズイのは想像できる



1



3



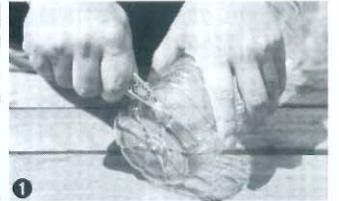
2

●では次に、志麻が持ってきていたプーアル茶を入れてみたら、これもまた色も味も全くしないだの水に！お手製の簡易浄水器でここまでできることが判明した

●浄水器に静かに注ぐと、下からポタポタと落ちてきたのはきれいに澄んだ水！飲んでみたら味もニオイもまったくしない。翌日になってからおなか痛くなることもなかった

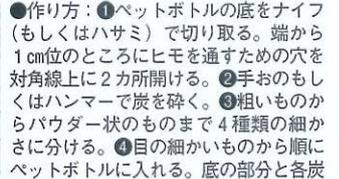
## 炭とペットボトルで簡易浄水器を作る

●材料：炭、ペットボトル（2ℓ入りのもの。ペーパーフィルターを使うなら断面が真四角か丸いものがお薦め）、3～4人用のペーパーフィルター（コーヒー用）もしくはガーゼ、ヒモ、ナイフ、手おのもしくはハンマー、ナイフもしくはハサミ

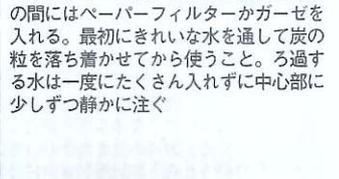


2

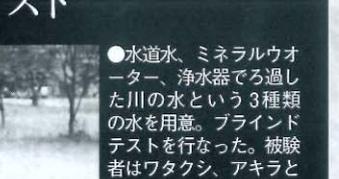
1



3



4



●作り方：①ペットボトルの底をナイフ（もしくはハサミ）で切り取る。端から1cm位のところにヒモを通すための穴を対角線上に2カ所開ける。②手おのもしくはハンマーで炭を砕く。③粗いものからパウダー状のものまで4種類の細かさに分ける。④目の細かいものから順にペットボトルに入れる。底の部分と各炭の間にはペーパーフィルターかガーゼを入れる。最初にきれいな水を通して炭の粒を落ち着かせてから使うこと。ろ過する水は一度にたくさん入れずに中心部に少しずつ静かに注ぐ

## 塩分とアイトニック飲料



●水分の補給ももちろん大切だが、汗をかくと同時に体内からは塩分も放出されており、水だけ飲んでも疲れはとれない。スポーツ飲料には生理食塩水に近い塩分（0.9%）が含まれており体に吸収しやすくなっている。脱水症状を起こしているときにもスポーツ飲料は効果的。備蓄用には粉末タイプを用意しておくといい

## カトモーターの浄水器付きキャンピングカー



●通常キャンピングカーの給水タンクの水は洗面や食器洗いに使用するためのもので、飲用には使われていない。しかしカトモーターでは0.0001ミクロンの逆浸透膜式高機能浄水器を設置することで給水タンクの水を飲料用にも使えるようにしている。◎カトモーター ☎0256-62-6516  
[www.katomotor.co.jp/index.html](http://www.katomotor.co.jp/index.html)

## 浄水器ブライントテスト



●水道水、ミネラルウォーター、浄水器でろ過した川の水という3種類の水を用意。ブライントテストを行なった。被験者はワタクシ、アキラと志麻の2人。結果はアキラ全減、志麻は1つだけ正解と散々たる結果に。しかしこれは、言い換えれば浄水器の性能がいかに優れているかを端的に表わす結果であるということもできる

下痢なんて考えたくもない。ストレスがおなかにきやすい人、おなかを壊しやすい人は水に関して特に注意を払う必要がある。

水の飲み方にも気をつけたい。冷たい水を一気に飲まず、常温の水を少しずつゆつくりこまめに飲むことが、体力を消耗せず吸収も速い飲み方だ。特に夏などの気温が高い季節には気がつかないうちに発汗で水分が不足しがちなので、喉が乾いたと思う前にこまめな給水を心がけよう。

昔は北海道のキタキツネの病氣と思われていたエキノコックス（日本脳炎に似た症状を引き起こす）も現在は本土に侵入している。上流部にゴルフ場があるような場所では沢の水に農薬が混入している可能性も大いにある。一見きれいな沢の水であってもそのまま飲むのは控えたほうがいい。

幸いなことに日本は雨が多い。タイプなどの下にバケツを置けば雨の日には簡単に水をためることもできる。都市部では酸性雨とかいわれているけれど、浄水器を通し煮沸すれば飲用可能になる。雨の降らないときには河川の水をろ過することになる。そのためにも浄水器はぜひキャンピングカーにも用意しておいたほうがいい。

飲み水によって引き起こされる障害を防ぐための重要なポイントには「ろ過」「煮沸」「蒸留」、この3つだ。



## 第2回 カトモーターオーナーズミーティング

楽しいうたげで

# 暴飲!? 暴食!?



日時：'08年6月7日(土)～8日(日)  
開催場所：新潟県十日町市 アウトランド

**お**おさすが、年季が違うね  
「。意気つたりな高  
橋会長夫妻のもちつきに、  
感嘆の声が上がる。米どころ新  
潟! つきたてのおもちで始まっ  
たカトモーターのオーナーズミ  
ーティングは、豚汁、豚ステーキ、  
海鮮焼きなどが用意され、一升瓶  
のお酒もドーンと並ぶ。さらに参  
加者の差し入れ、会場である前ペ  
ージで紹介のアウトランドは韓国  
料理やネパールカレー、たこ焼き  
を出店。ミーティングは、超豪華  
な夕食会! 新潟はもちろん、福  
島、三重、神奈川など全国から集  
合した30台のユーザーたち、カト

モーターのスタッフも社長もみ  
くまないしょにテーブルを囲ん  
での楽しいうたげである。  
「カルピックおいしい! カレ  
ーも食べるけど、いろいろメニ  
ューがあるから困ってるの(笑)。  
盛りだくさんの料理に、参加者は  
うれしい悲鳴。食べて飲んで打ち  
解けた楽しい夜が更けてゆく...。  
大会中に愛車のチェックをしま  
らったり、展示車も置かれていて  
日曜は一般客もカトモーターの  
ハンドメイドキャンプカーを見  
ながらゆつくり楽しめる演出。  
来年も6月第1土曜開催予定。ま  
た必ず元気で会いましょう!



●最高においしかった高橋夫妻のつきたておもち! 尖戸夫妻は津軽三味線を披露。始めて1年の腕でもすてきでした。夜にはキャンプファイヤーとキャンドルアートも!