



2022年も早いもので10月を迎え、季節は秋へと移っています。新型コロナウイルスの感染も2年半を経過し、変な不安と落ち着きが入り交ったような状況です。さらにロシアによるウクライナ侵略戦争により、私たちの生活や物の価値感に大きな変化が生まれています。今号では改めて、水についてご報告します。

<レポート1>

にいみ導入から6年の水耕栽培

現在の「あっきーファーム」のレポート



長野県松本市でサラダホウレン草の水耕栽培に取り組む「あっきーファーム」。

2016年11月号のあくていぶミニニュースで、にいみの導入のいきさつを報告しました。

あれから6年。現在のあっきーファームの様子を報告します。

現在は、にいみ大型器「にいみフルハウス25」を導入し、すべての水をにいみの水を使って栽培しています。

今回、浄水器のメンテナンスをしてオーナーの三村さんよりお話をお聞きしました。

「あれから6年。病気は全く出ていない。今年は特に松本も暑く、夜間は温度が下がらず病気の発生を心配した。しかし病気が発生しないだけでなく、ホウレン草の発育が良く、予想以上に出荷できた。」との事です。

さらに出荷先も、現在セブンイレブンの北関東の店舗に出荷しているそうです。「セブンイレブンの担当者より、出荷前に消毒をしてほしいとの話がありました。しかし私は、にいみの水には抗菌力があるので必要ないとお話しました。」

結局、消毒はせず、そのまま出荷しているそうです。

さらに、セブンイレブンより関東の店舗にも出荷して欲しいと依頼が来ているが

「うちの1日の出荷量は200kgが精一杯で関東の出荷するには、もう一棟ハウスを建てるしかない。」とのことで現在はお断りしているそうです。

この様に、にいみの水は植物の栽培にも大きく貢献しています。



<レポート2> 水についての文献ご紹介



なぜ水を飲むだけで「認知症」が改善するのか

今、介護施設で健康な介護を行うために水を飲んでもらう指導が行われ注目されています。この本は介護施設の改善を目指してデイサービスをフランチャイズ化した筆者の本です。その主な内容は次のとおりです。

- (1) 介護生活の切ない現実 —— 介護は突然やってきて生活を大きく変えてしまう。ひとたび要介護の高齢者を抱えた生活が始まれば、さまざまな問題や課題に向き合わなければなりません。
- (2) リハビリとケアで要介護状態は改善する
- (3) 「水」が高齢者を寝たきりから救う

その方法の基本は

- ① 水分摂取
- ② 栄養
- ③ 運動
- ④ 自然排便



以上の4つです

この4つのケアの中でも、高齢者が自立を取り戻すために何より不可欠で、真っ先に必要なアプローチが「水分摂取」つまり「水をたくさん飲むこと」なのです。

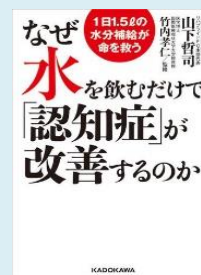
- (4) 水分が防ぐ「フレイル」「サルコペニア」 —— 「フレイル」は加齢による身体機能の低下、虚弱。「サルコペニア」は加齢による筋力の低下を指します。ある施設では、入居者の平均水分摂取量の上昇に比例して転倒や骨折事故が少なくなったとの報告があります。

- (5) 「脳の脱水状態」が認知症状を引き起こす原因だった

認知症の高齢者を介護されている家庭で水分の摂取量を増やした結果、80%ものご家庭が「認知症の症状が消失した」と証言しているという衝撃な事実があります。



このデータでは1日の平均水分摂取量を1,263ml から1,709ml と約450ml も増やしたことが認知症の症状改善、消失に大きく貢献しているとのデータです。



この本のタイトルに「1日1.5ℓの水分補給が命を救う」が付いています。

改めて水の大切さを伝えてくれる本です。

関心のある方はぜひお読み下さい。

(KADOKAWA 出版：山下哲司)

< 税込1,500円 >

