

あわちゅうだよい

2025年1月7日(火)発行

大津市立粟津中学校生徒指導部

ふっと生まれた不思議を調べるのは楽しい



明けましておめでとうございます。冬休み中の出来事だったのですが、「ちょっと醤油取って」と言って受け取った醤油がいつもの濃口醤油ではなく淡口醤油になっていました。「あれ、醤油変えた?」と言うと、「少し前に変えたよ」と言われました。身近にあるものの変化は気づきにくいものですね。そして、濃口醤油と淡口醤油って色以外に違いがあるのだろうかという疑問が生まれ、醤油と塩分について調べることにしました。

食塩は古くから調味料として使われ、日本では縄文時代、世界ではエジプト文明やメソポタミア文明の頃にも使われていたようです。調味料としての利用だけではなく、冷蔵庫が無かった当時は食品を保存するという利用の仕方があったようです。海水の塩分濃度が3.5%くらいに対して、醤油の塩分濃度が17%と約5倍になります。醤油をつくる際は、塩分濃度を高めることによって、製造過程で雑菌などの繁殖を防ぐことができ、それにより十分な醸造期間をとることができます。

濃口醤油と淡口醤油の違いは、見た目の色が濃いか淡いかで、塩分濃度は淡口醤油の方が少し高めになっています。今回はふっと生まれた疑問について調べることで、醤油の塩分濃度の違いだけでなく、食塩の歴史や製造方法、利用方法についても学ぶことができました。みなさんも、ふっと生まれた不思議を調べてみませんか?



体調管理に努める3学期

まだまだ寒い期間は続きます。寒さにより体温が下がると、免疫力が落ちてしまうため、風邪だけでなくインフルエンザなどの感染症にも十分注意が必要となります。特に受験をひかえる3年生は要注意です。体調管理を徹底して、元気に楽しく3学期を過ごしましょう。

①手洗い・うがい

…指のすき間や爪の間など、細かく手洗いをしましょう。また、爪は短めにしておくと、手洗いしやすくなります。

②マスクの着用

…空気感染や飛沫感染の予防だけでなく、ウイルスがついた手で鼻や口を触ることの予防も期待できます。

③規則正しい生活リズム

…特に受験をひかれている3年生のみなさんは、入試は朝から始まるので、朝型の生活リズムで過ごしましょう。

④室内環境

…室温が高すぎると、頭がボ～っとして集中力が落ちるだけでなく、室内の湿度が下がります。湿度が下がるとウイルスの生存率を高める可能性があるので、室温だけでなく湿度も確認しましょう。定期的に水分補給をするのもいいと思います。