

不快指数は湿気指数

かつて天気予報でよく使われた「不快指数」は、温度と湿度を組み合わせて考案された「蒸し暑さを表す指標」。1959年にアメリカの天気予報に採用され、日本でも1961年から用いられるようになった。しかし不快かどうかの感じ方には地域差があり、アメリカでは不快指数75で半数以上、80では全員が不快を感じるとされているが、日本では75で9%、80で65%の人が不快と感じない（和達清夫、倉嶋厚『雨・風・寒暑の話』日本放送出版協会、1974）。ともあれ、不快指数は高温多湿の日本人にとっては、単なる暑

さだけではなく、湿気感としての「蒸し暑さ」を程よく表す目安である。

最近では「紫外線指数」、「ふとん干し指数」、「ビール指数」など、指数流行りで、元祖の不快指数はあまり話題にのぼらなくなった。

しかし、「不快指数の高いNo.1」などといった、独立した単語として使われることが増え、日本人の意識の中ではすっかり市民権を得た言葉となっている。実際の数字はどうであれ、この言葉の表すニュアンスは、堪え難い日本の夏を代表するにふさわしい言葉であることは、誰もが認めることだろう。

ところで、客観的な数値で表される湿度に比べ、湿気という何

不快指数を求める算式

(気温をT、相対湿度%をHとしたとき)
【 $0.81T + 0.11H(0.99T - 14.3) + 46.3$ 】

不快指数 75~80で「やや暑い」
80~85で「暑くて汗が出る」
85以上は「暑くてたまらない」
さらに、この式では極端な高温や極端な乾燥では感覚と差が出るためか、気象庁では「不快指数とは気温と湿度による『むし暑さ』の指数。風速が含まれていないので体感とは必ずしも一致しない」とわざわざ説明しており、不快指数ではなく、「温度湿度指数 temperature-humidity index」と呼んでいる。ちなみに、風速1m/秒程度の風にあたると体感温度が1度下がり、扇風機程度の風では、不快指数が10程度下がるといわれている。

日本にいと、否応なく向き合わなくてはならない湿気。では、湿気はどのような形で、私たちの暮らしにかかわっているのでしょうか。身近かなところに存在する湿気を取材しに、まらに出かけてみました。

電気式海苔乾燥機の

出番はいつ？

湿気を感じるとき？

やっぱり、梅雨の時期だねえ。

正式な梅雨入りかどうかじゃなくて、奥からこいつ（電気式海苔乾燥機）を出してこよう、という気がするときに、湿気を感じるときだね。一年中は、使

っていないよ。梅雨から夏の間だけ。秋になって、空気が乾いてくると、ただの海苔の缶に変える。

昔は炭で、いちいち焙っていたんだよ。炭火が一番で、次が電熱器。ガスは焦げやすいからダメだね。高級な寿司屋は、今でも炭火で焙っているんじゃないの。そりゃあ、そのほうがおいしいもの。もちろん、焦げないようにうまく焙んなきゃダメだよ。

海苔の裏どうしを2枚合わせて、端を持ち、手で持った反対側の隅を焙る。焙りながらひっくり返していくと、ほぼ、8回で全部の面が順繰りにきただろう、わかるかい？

パリパリの海苔を使ったって、ぐず

ぐずしてたら湿気ちゃう。海苔巻きは巻き簾の上に海苔を置いて、寿司飯を広げ、ネタを載せて巻くんだけど、海苔が湿気ないように、寿司飯を浮かせたいような気持ちで巻く。寿司飯を潰さないように、スツと切って、出す。カウンターに座った一番の口福は、海苔巻きの海苔がパリッとしていることかも。

今はクーラーで除湿もできるけど、やっぱり梅雨に入ると、ガラスケースが曇るねえ。店の内装に新材が増えたら、結露っていうのが、余計増えたよつな気がするね。

(世田谷・東寿司 笹木さへ)



やら親しみさえ感じるから不思議だ。乾燥剤を湿気止めと呼び、海苔の缶に入れるだけで何やら安心感が湧いてくるのは、湿気とつきあってきた長年の癖なのかもしれない。

「蒸し涼しい」から

ドライエアコンへ

その湿気感に、おそらく大きな影響を与えているのがエアコンだ。この「エアークонденション」(空気調和)という言葉は、もとも1906年に米国の技術者が使い始め、明治時代の日本では「温湿度調整」と呼ばれていた。

高温多湿の国・日本にやって来た冷房機第一号は、1907年(明治40)に保土ヶ谷の紡績工場にアメリカから輸入されたものだ。紡績工場に導入された理由は湿度不足による糸切れ対策という狙いがあったそうだが、実際には、少しでも涼しくしたいという要望の方が強かったという。その後、井戸水を噴霧させたダクトに空気を通すことで温度を下げる「井水冷房」が1922年(大正11)に東京モスリン名古屋工場で採用される。約17度の井戸水を噴霧し、真夏の工場内を平均26・7度、湿度79・5%とした記録が残っているが、これは、今から見るとずいぶ

んと「蒸し涼しい」ものだったろう。その後、オフィスにも導入されたが、涼しくなるがそれ以上に湿度が高くなり、日本興業銀行では机やカウンターが汗をかくとクレームがあったという。

こうした大型冷房機器が紡績工場、印刷工場、演芸場、デパートなどで採用され、戦後は、温度が上がる電話交換機室や、快適さが求められる銀行に普及していった。1927年(昭和2)に完成した三越演芸場は劇場空調の第一号だが、冷房は昭和30年ごろまでドライな涼しさではなく、湿った涼しさを与えていたようだ。

しかし、時代は下り、1970年以降になると、室外機ヒートポンプで熱交換、排熱・除湿を行なうルームクーラーの普及が進むようになる。ドライな涼しさの誕生だ。全世帯当たりルームクーラー保有率は、1970年には5.9%、それが、1985年には52・3%、2000年には86・2%と上がっていく。ただし、1995年から2004年までの15年間に渡るルームクーラーの国内累計出荷台数は約7100万台(社団法人日本冷凍空調工業会)。これは日本の住宅総数5380万戸(2003年)の1・3倍だ。冷涼地以外の土地では、既に「一家に一台」から、「一部屋に一台」という時代に移行



新蕎麦が教えてくれる
「らっ」と感

きないけれどシトツとしますね。蕎麦粉の湿気に合わせて入れる水を調整するのは、長年の勘です。

毎朝、挽き立てのそば粉を打ちます。が、捏ね鉢に蕎麦粉を入れて水回し(蕎麦粉に水を含ませる作業)をしたときに、だいたい蕎麦粉の状態がわかりますよ。1kgの蕎麦粉に対して500gの水が基本。うちでは器に1000gの余分の水を入れ、塩梅を見ながら調整しています。

挽き立てとはいうものの、収穫してから玄蕎麦の状態を保管しておくわけですから、少しずつ湿気を帯びてくるんですよ。その時期から、次の収穫期までの間、蕎麦粉は少しずつ湿気ていくんです。それでも玄蕎麦の状態だと、殻があるからそれほど湿気を含みませんが、挽いたらすぐに冷蔵庫に保管します。うちは、喫茶店もやってい

たからわかるけれど、コーヒー豆も一緒です。規模の大きな喫茶店は、大きな保管用の冷蔵庫を備えています。そんなに気を使っても、夏はやっぱり状態が悪い。そう言えば、私が湿気を感じる新蕎麦前の季節は、偶然、外の湿度も高い時期と重なりますね。秋になって空気が乾いて感じるときが、新蕎麦の季節でもあるんです。

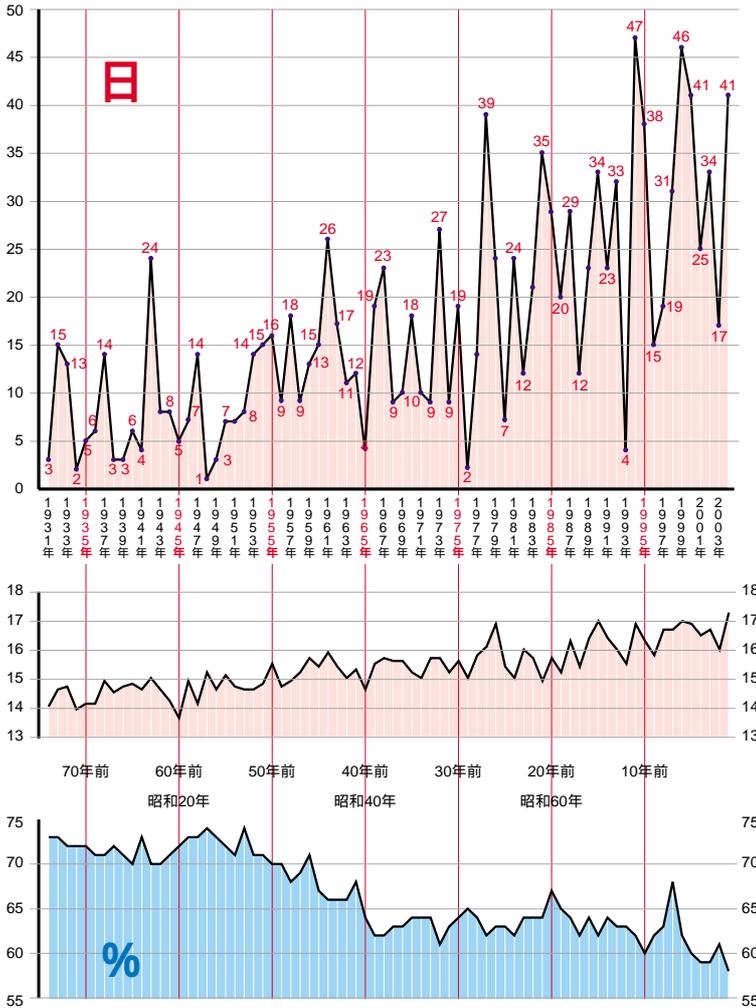
(名古屋・寛土山たか乃 安藤さん)

9月末になれば、ほとんどの場合新蕎麦が出回ります。新蕎麦の時期は、蕎麦粉がサラサラで、水がたくさん入ります。湿気てくると、口では説明で

たからわかるけれど、コーヒー豆も一緒です。規模の大きな喫茶店は、大きな保管用の冷蔵庫を備えています。そんなに気を使っても、夏はやっぱり状態が悪い。そう言えば、私が湿気を感じる新蕎麦前の季節は、偶然、外の湿度も高い時期と重なりますね。秋になって空気が乾いて感じるときが、新蕎麦の季節でもあるんです。



東京・大手町の熱帯夜日数、平均気温、平均湿度の推移



東京だけの話だが、70年前から比べ年間平均気温が2度以上も上っている。一方、年間平均相対湿度は10%以上も低下している。

していることがわかる。
 そして、湿気に暮らしの知恵で
 適応してきた日本人の衣食住も大
 きく変化した。
 乾いた暑さ？
 しかし驚いたことに、1933
 年（昭和8）の東京の熱帯夜日数
 は13日。さらにさかのぼって、1
 900年代初頭の熱帯夜日数は皆
 無であったという（尾島俊雄『ヒ
 ートアイランド』東洋経済新報社、
 2002）。

る、70年前の随筆がある。東京で
 は夏の涼風が名物だったよつで、
 寺田寅彦は「東京の夏には地方的
 季節風が相当強い南東風として発
 達しているためにそれが海陸風と
 合成され、もしこれがなければべ
 た風になるはずの夕方の時刻に涼
 しい南東がかった風を吹かせる」
 と記し、「風の涼しさは東京名物の
 一つである。夕食後風呂を浴び
 て無帽の浴衣がけで神田上野あた
 りの大通りを吹き抜ける涼風に吹
 かれることを考えると、暑い汽車
 に乗って暑い夕なぎをわざわざ追
 いかけて海岸などへ出かける気にな

りかねるのである」と書いてい
 る（『涼味数題』1933）。
 この随筆が書かれた頃に比べる
 と、東京の夏は確かに暑くなっ
 ている。東京・大手町で計測してい
 る気象庁の過去74年の熱帯夜（最
 低気温25 以上の日）日数は、明
 らかに増加傾向である。ところが
 東京の相対湿度の変化をしてみると、
 と、なんと低下傾向なのだ。
 我々が蒸し暑いと感じていた夏
 の暑さだが、なぜか、いつの間
 に、ジリジリとした乾いた暑さに
 変化していったのには驚かされる。
 樹木や土の地面から絶えず蒸散す

蒸されて和らぐ肌とヒゲ

美容院にとっての湿気感ですか？

それは、なんとと言ってもストレート
 パーマです。梅雨が近づいて湿気てく
 ると、断然ストレートパーマをかける
 お客さんが増えますね。それと、カッ
 トして床に落ちた毛の掃除でも、季節
 感を感じます。床に張りついて、さっ
 と掃けなくなってきたら、そろそろ梅
 雨だなと。

梅雨時はパーマが少しかかりにく
 なるような気もしますね。湿気が増え
 たなと感じるのは、そんなときですが、
 逆に冬になって湿気がなくなっちゃう
 と、静電気がすごいです。髪の毛に帯
 電するから、スプレーで抑えます。

そうそう、梅雨になってストレート
 にするのは、湿気で髪の毛が縮れてま
 とまりにくいからですが、なぜかもう
 一つピークがあるんです。それが秋。
 秋にストレートパーマの理由は、わか

りません。乾燥してきて髪がサラサラ
 になるから、かえってもっとサラサラ
 にしたい、と思うんでしょうか。女心
 はわかりませんね。

うちは床屋も兼業ですが、湯気を出
 してヒゲを柔らかくする機械を使っ
 ています。もつ20年ぐらい前からありま
 したが、普及したのはここ10年ぐら
 いでしょうか。蒸しタオルでやっていた
 のと同じことですが、うちの機械はい
 るような部品がついて、エステでやる
 ような施術もできるんです。ほんわ
 か温かくて気持ちいいから、リラッ
 クスするし、血液の循環もよくなって
 好評です。肌が滑らかになりヒゲ自体
 も柔らかくなって、剃刀負けがしな
 いんです。お風呂の中で蒸された状態に
 なるわけです。

それでもやっぱり、本物のお風呂に
 はかないません。ヒゲを剃るのはお風
 呂が一番

（山梨・Stay-i 佐藤さん）



るといふことが減って湿度を減少させているのかもしれない。これが本当ならば、東京砂漠というフレーズも、まんざら歌謡曲の世界だけのことでない。

湿気と親しむ

湿気の国に空調機器が持ち込ま

れた結果、建築設計では、通気性よりも気密性が重視されるようになった。空調効率を高めるために、高度成長期以降、高气密断熱住宅が多数つくられた。「隣の家からクーラーの排熱が出るので、窓を開けない」「治安上、開けておくのは不安」と、通気性はますます損なわれている。エアコンが効くようになって、屋内では夏でもスーツ、冬でもシャツ一枚という、空調を前提とした衣服のスタイルが珍しくなくなり、汗をかかなくなった。夏でもエアコンで冷やされているので、旬の料理より温かい料理のほうがうれしいと感じ、季節感はずますます減っていく。

人間は、大雑把にいうと、「衣服

内気候」、「室内気候」、「まち内気候（局地気候）」という3つの気候にくるまれて大気とつながっている。かつての日本の民家は「室内」と「まち」が通気でつながり、温度や湿度の変化の多くを「衣服」や「しつらい」で受け止めていた。

ところが「湿気は敵」とばかりに室内の気密性を高め、冬は加湿器に頼って結露に悩む、という何とも矛盾した現象が現れた。室外空間は、室内空気のゴミ捨て場と化し、排熱によるヒートアイランド現象を心配し、打ち水をするという、これまた何とも矛盾した現象に陥っている。

湿気は、本当に敵なのだろうか。エネルギー価格の高騰・枯渇が心配され、持続的なエネルギー利用が真剣に議論されている今、湿気をむしろ友と意識転換して、衣服、室内、まち、それぞれの気候を調和させることを考える時期にきているのではないだろうか。

湿気文化の国・日本で、湿気を敵と見た「勝手な空調文化」の歴史は、たかだか30年余りに過ぎない。「湿気と折り合う文化」の長き歴史の智慧を活用して、都市の在り方から一人ひとりの暮らし方まで見直すときが来ている。

自分の口に入るものや着るものの吟味といった個から始まる見直し、家やまちのしつらい、そして気候にまでひろがったとき、「湿気と折り合う文化」の新しい姿が見えてくるかもしれない。



あなたは、パリパリ派？ しっとり派？

コンビニエンスストアが日本にお目見えして、約30年（1974年5月、東京都豊洲に1号店）。アメリカでできたコンビニで、いつしかおにぎり開発が過熱していったのは、面白い現象です。

おにぎりといえば、家庭でつくったものであり、携帯に便利だから遠足とか野良仕事とかに持っていく、時間が経ってから食べるものだし、海苔は最初から巻いてあるから湿け

っているのが当たり前でした。そんな先入観をくつがえし、おにぎりの新しい可能性を印象つけたのが、「パリパリ海苔のおにぎり」誕生です。

海苔とおにぎりをフィルムで区切り、開けた人間が自分で巻く方式は、書いてあるとおりの順番でフィルムを剥がしていても、うまく完成できない人もいて、当初は「？」と戸惑う人が続出しました。そんな思いをしてまで、パリパリで食べたくはない、と思った人も多はずです。今はおにぎり用のフィルムがお弁当コーナーで売られていて、自分でパリパリ海苔おにぎりをつくる人がい

るほどの人気です。

しかし、そんな湿気た海苔を嫌う風潮に逆行するように、しっとり海苔を謳うおにぎりも登場。どちらもそれなりに支持されて共存しているのですから、人の食い意地の貪欲さが、たくましい商魂をしつかり支えているということでしょう。

しっとり海苔おにぎりの好調に追随するかのうちに、今度はパリッとしない煎餅がブームになっていきます。湿気を嫌い排除する姿勢から、湿気を逆手にとって受け入れる柔軟さは、おにぎりや煎餅でも始まっているようです。