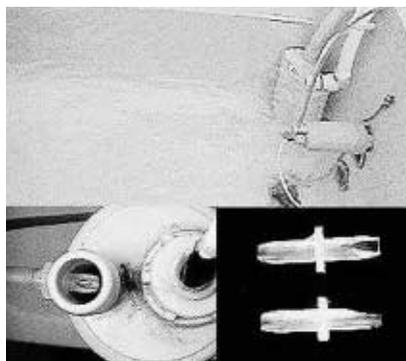


問題はベンチュリー部の細工である。写真を見てしまえば“なーんだ”と思われるかも知れない。

洗濯ポンプだが注意を要するのは漏電である。この手のポンプは、漏電を避けるために直流12Vに減圧してあるが用心をするに越したことはない。

写真のように、パッキンの周辺にはボンドを盛って防水を強化しておくのが良いだろう。また配電盤に漏電ブレーカーがあることも確認して欲しい。



問題のベンチュリーの細工には、金魚売場でポリエチレン製のエア配管の継ぎ手(¥20)を入手する。継ぎ手は、長さ2.5cm、外形4.8mm、内径2mmである。

これを写真のように片方を1/3カッターナイフで削り取る。ここの細工は微妙で、モノ作りのセンスが問われる所である。

そしてポンプの排水パイプに直径4.5mmの穴を開け、ノズルを図のようにセットする。継ぎ手のカット面が川下に向かう。

試運転してみると、大量の泡を含んだ強力な水流が体を包み込む。泡が消失するときに超音波を発生し、これが皮膚に心地よい刺激となる。

負圧は強力で水深40cmの風呂の底でも十分な泡を発生する。水流の強さは24時間風呂に負けるが、泡の量は互角であった。今回使用したポンプは15Wでデューティーは約30分である。

このままでも十分に使いモノにはなるが、エレガントな泡風呂装置に仕上げるのは、ユーザーのみなさまのために取っておこう。老婆心ながら、くれぐれも防水処理の強化と漏電ブレーカーの存在だけは確認しておいて欲しい。

コメント：欧米の住宅の風呂と日本のそれを比べると涙がでるほどの差である。何とか風呂のクオリティーを向上させたいものである。

( \* 1 ) p.142参照

November 19 1998

## 山本式除腰痛ワッシャーおよび除腰痛ネットのススメ

世の中には腰痛の治る椅子というのがある。もう10年近く前のハナシだが、あるドクターがひどい腰痛に悩んでいた。痔も悪くて呻吟しながら座業をなさって

られた。

そのドクターが大枚をはたいて米国で新開発された腰痛の治る椅子を購入された。座面が急な前下がりになっており、ずり落ちそうな体は横樑にヒザを当てて支持し、上体を直立させるスタイルだ。

腰痛がどうなったかという予想どおりますますひどくなり、椅子は3日で廃棄された。そもそもこの椅子では長時間の座業はムリなのである。それを見てひらめいたのが、山本式除腰痛ワッシャー（PAT PEND.）である。

椅子にはいろいろな哲学がある。歴史の古い欧州では比較的水平的な座面にシートバックが直立した椅子が好まれる西洋的椅子学によれば、椅子は背骨の生理的なS字カーブを保持することが良いとされる。西洋的椅子学の王道を行くレカロの椅子では深く腰掛け、腰を軽く前に押し出すランバーサポートを設けている。

ところが日本人はシートバックを寝かせた椅子がお好みようで、自動車のシートも同じである。腹筋と背筋の弱ったオジサンが椅子に座るとオナカのでっぱりがジヤマになる。そこでシートバックを後ろに倒して腰を前に滑らすOAなまけ姿勢になる。この状態だと腰椎が後ろに凸になって骨盤諸筋に緊張が溜まり腰痛の原因となる。

しかしWebmasterの解析によると、なまけ姿勢による腰痛はランバーサポートの問題だけではなく座面の不適切な角度にも原因があると思う。つまりランバーサポートを効かせ、リクライニングした状態で座面が水平だと、次第に腰が前方に滑ってなまけ姿勢になる。これを防止するためには、座面の前方が高く後傾していなければならない。

しかし、一般的な事務機の、座面は水平に近く、腰砕けを予防する効果が乏しい。この座面は筆記などの古典的な座業に適していて、その場合は机の上においた腕とで状態を支持する。しかし現代OA社会では比較的高い位置にあるパソコンモニターを凝視し、手はタイピングのため体重を支えることができない。

このため、前滑りを防ぐため骨盤や下肢に過緊張が続いて腰痛となる。これが山本理論による“OAなまけ姿勢座面前滑り現象による腰痛”である。いままでの椅子の理論は背骨の生理的湾曲をメインとしたスタティックなものであった。しかるに新理論ではOAなまけ姿勢のダイナミックな座面前滑りにかかわる座面の角度を重視する。

そこで、山本式除腰痛ワッシャーだが、座面の前方を数ミリ持ち上げて座面を後傾させ、体が前方に滑るのを防止することによって腰と下肢のストレスを緩和するものだ。細工は座面前方とフレームの間にワッシャーを数枚挟むだけだ。

写真のようにわずか5ミリの浮かし代で座面が約2度後傾する。

今回は、さらに山本式除腰痛ネット（PAT PEND.）も紹介する。まずDIY店に行って、絨毯の滑り止めのネットを入手して欲しい。モノは荒い編み目にゴムがコーティングされ滑り止めになっている。これを椅子の上に敷いてその上に腰掛ける。

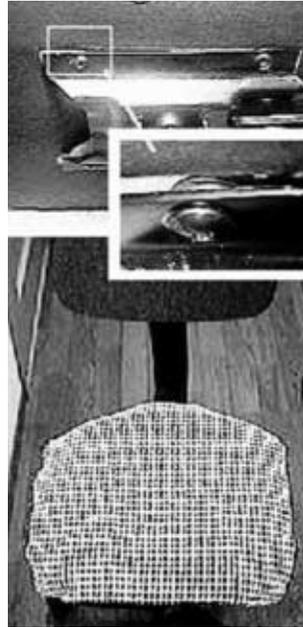
西洋椅子学では背骨の生理的湾曲を重視するが、座面の材質による前滑りの議論が欠落している。除腰痛ネットは腰の前方への滑りを抑え、前滑りを防ごうとして腰や下肢にかかるストレスを緩和し、またランパーサポートの効きを確保して背骨と骨盤の生理的湾曲を維持する。また西洋椅子学で望ましくないなまけ姿勢でも、滑りを防止して骨盤筋のストレスをミニマムに抑えることができる。

除腰痛ネットは置くだけなのでハンディーだから、自動車、新幹線や飛行機でも使える。特に、新幹線の椅子は座面の後傾角度が不足の上に前後長も短く、アンコ前端もへたって前滑りしやすい最悪なシロモノだ。持ち運びにはグレーのしゃれた30cm四方のネットが東急ハンズ（@¥300）にある。

ネットにはオシリの接地圧分散効果と皮膚マッサージ効果に加え、空気層による保温効果もある。

もし国内外のあらゆる腰痛グッズを試したが治らなかったという方や、人知れず“お寺の病気”で悩んでいる方には、ぜひ除腰痛ワッシャーと除腰痛ネットの併用をお勧めしたい。ペアでお使いいただくとますます効果的！？だ。

コメント：ネットには山本式除腰痛ネットの効果を紹介しているページもある。ぜひ試して欲しい。



January 21 1999

## 平成インセンティブ電話商売のナゾ

めずらしいことに、とある昼間Webmasterは車の手入れをしていた。そこにくだんのセールスマンがやってきた。

セ Q州電話（\*1）から来ましたけど。