

特集

あなたもトイレで健康チェック! トイレと健康の意外な関係

新しい年、この1年の「健康」を願うのは誰しも同じこと。「排泄は健康のバロメータ…」とよく言われますが、その排泄を行う場所が、ズバリ「トイレ」です。今回は、「トイレで健康チェック」するためのいろいろな方法をご紹介します。(1・2面)

排泄物の状態で分かる健康状態

私たちが排泄を行うトイレの便器の色は、白をはじめアイボリー、ピンク、グレーなど、淡い色合いのものがほとんどです。これは、汚れを目立たせメンテナンスをしやすくすると同時に、排泄物の状態が確認できるようにという目的もあるのです。

一般的に「健康な便はバナナ状」と言われますが、ウンチやおしっこの色や形状などによって健康状態を確認することができます。またある程度の病気の可能性を予測することもできるのです。



排泄物の状態を確認してみましょう

尿

健康な場合

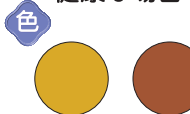


不調・病気が疑われる場合



便

健康な場合



形
バナナ状、半練り状

不調・病気が疑われる場合



形
くるみ状、泥状、水状

拭いたあとも見逃さないで!

用を足した後の便器の中身をチェックするのはもちろんのこと、おしりを拭いたときのペーパーのチェックも大事なことです。拭いてもほとんどペーパーに付かないときは、ちょっと便秘気味、逆にいつまでも拭き取れないときは脂肪分を多く含んだものを食べ過ぎた場合であるなど、自分の健康状態を確認するのに一役買ってくれます。ペーパーで拭いた際に血液が付着する場合は要注意です。便秘をはじめ、痔やその他の病気の

サインになります。

最近ではデザイン性のあるトイレトーパーも出回っており、中には黒やビビットなオレンジなど、今まで衛生用品にはタブーとされていた色も出てきています。一時的に利用したり、公共性の低い空間で特定の効果を狙って楽しむのであれば利用するのも手ですが、トイレでの健康チェックの必要性を考えると、日常性や公共性の高い場所での利用は避けるのがベターでしょう。



これが黒いトイレトーパー(RENOVA社製)。健康チェックには不向き?



特集
1・2面

トイレで健康チェック!
トイレと健康の意外な関係

2面

1億7千万円の
「トイレの家」って?

3面

世の中のトイレ診断士に
対する期待

4面

お客様訪問 — 浦和コルソー

普段、トイレを「単なる排泄の場所」として認識していませんか? 「排泄は健康のバロメータ」とよく言われます。あなたもトイレで健康チェックしてみませんか?

前号までこのコーナーを担当していたセルベッチオ中嶋が、韓国トイレ留学へ! 韓国のトイレ文化や最新情報などをお届けする新連載コラム。(第1回)

関西のトイレ社長が日々汗を流しながら見た日常を書いたブログ。お客様からの「トイレ診断士」に対する期待と信頼は、とても大きかった!(第4回)

さいたま市浦和区にある、100を越える専門店が集まった複合型ショッピングセンター「浦和コルソー」。毎日大勢の人が利用する商業施設のトイレについてお話を伺いました。

特集 あなたもトイレで健康チェック! トイレと健康の意外な関係

便器の形と健康との 意外な関係!?

ところで、皆さんは和式便器と洋式便器、どちらが好きですか?最近では、一般家庭やオフィス、商業施設などにおいても圧倒的に洋式便器が優勢なご時勢となりました。しかし一方で、「便座に直接肌を触れたくない」「ふんばれる」などの理由から、根強い和式便器ファンがいるのも事実。少数派となった和式便器ですが、実は和式便器の「しゃがむ」姿勢が健康のバロメータになっているんです。



「しゃがむ」という姿勢は、足と腰の筋力と関節の柔軟性を要し、結構体力のいる姿勢です。ですから、この姿勢をとれるかどうかで、足腰の強さと関節の柔軟性の有無がわかります。最近の和式トイ

レの激減で、しゃがみ姿勢のとれない子供が年々増加しているといえます。しゃがみ姿勢が辛いと感じたり、後ろへひっくり返ってしまうようなら、体力年齢の低下に要注意!です。

ここまで来た! 最新 トイレ 家庭で毎日健 康状態データを管理

次に、数値で健康状態を確認・管理することができる最新トイレをご紹介します。ダイワハウスとTOTOが共同で開発し、今年の4月にダイワハウスから発売されたのが、その名も「インテリジェンストイレ」。これは、朝の起床時や食後、就寝前などに体重・体脂肪・血圧・尿糖値を測定できるというもの。トイレで用を足すと、尿に含まれる糖を検出。トイレトペーパーの横には血圧計があり、用を足しながら血圧測定。手を洗いながら体重を計り、洗った直後に洗面台上部にある体脂肪計に手を乗せれば、全ての測定が完了です。いわば、健康チェックのためのシ

ステムトイレといえます。しかも、測定結果はホームネットワークを利用して、トイレに設置された測定機器と接続したパソコンに保存することができます。また、月や年単位でグラフ化して健康状態の推移を確認したり、データ結果に即した生活習慣のアドバイスなどの情報も提供してくれるという優れもの。

この「インテリジェンストイ

レ」はダイワハウスの戸建・集合住宅に搭載されるとのことです。トイレは、五感だけでなく、データでも健康チェックできる時代になってきたのです。

皆さんも、五感をフルに活用し、時には最新技術も利用しながら、「トイレで健康チェック」を実践してみてください。



健康チェックと管理ができるインテリジェンストイレ

〈参考資料〉

TOTOニュースリリース
<http://www.toto.co.jp/company/press/2005/03/28.htm>
帝人ファーマHP「便秘ってなあに?」
<http://www.teijin-pharma.co.jp/benpi/index.html>

セルベッチオ・中嶋
女性初の1級トイレ診断士。
只今韓国留学中。



セルベッチオ・中嶋の韓国トイレ留学記 안녕 화장실 あんにょん ☆ ふぁじゃんしる



※「アンニョンファジャンシル」とは「やあ!トイレ」というような意味

第1回:「総工費1億7千万のトイレの家!?!」

こんにちは。このコラムコーナーを担当しておりましたトイレ診断士のセルベッチオ中嶋です。前号でもお伝えたとおり、10月から韓国でトイレ留学生活を始めました!このコラムのタイトル「ファジャンシル」は、韓国語で「トイレ」のこと。漢字で書くと、日本語と同じ「化粧室」です。タイトル通り、これから1年間、韓国のトイレ文化や最新事情などをお伝えしていく予定です。

さて、今韓国で話題になっているのが「トイレの家」です。ソウ

ルから南に約40キロの水原(スウォン)というまちに、トイレの形をした家がお目見えしたのです。この家を作ったのは、世界トイレ協会の会長で「トイレ市長」とも呼ばれている沈載徳(シム・ジェドク)氏。この家、「해우재(ヘウジェ)」と名付けられていて、「憂いを解く部屋」という意味なんだそうです。「詰まっていたウンチを出してスッキリ!」とか、「トイレでゆっくり考え事をして悩みを解決!」という意味にも取れるナイスなネーミング。確かにトイレってそういう

空間ですよ。

この「トイレの家」へと続く道には、「ようこそトイレ市長の家へ」という横断幕が。到着すると、あちこちに見学の人がありました。残念ながら私が見学に行った日は、室内でイベントがあり中を見ることが出来ませんでした。外観だけはばっちり見学。外観は白い壁面とガラス張りの曲線で、水廻りをイメージさせるデザイン。でもスタイリッシュ過ぎて、一見「これがトイレ?」という感じ。室内には趣向をこらしたトイレが3つもあるということなの

で次回は絶対に見学する予定。

それにしても、1億7千万円もかけてトイレの家をつくってしまうなんて、すごい情熱。トイレに関しては日本がまだまだ先進的とはいえ、この分では韓国に先を越される日も近いかも...!?



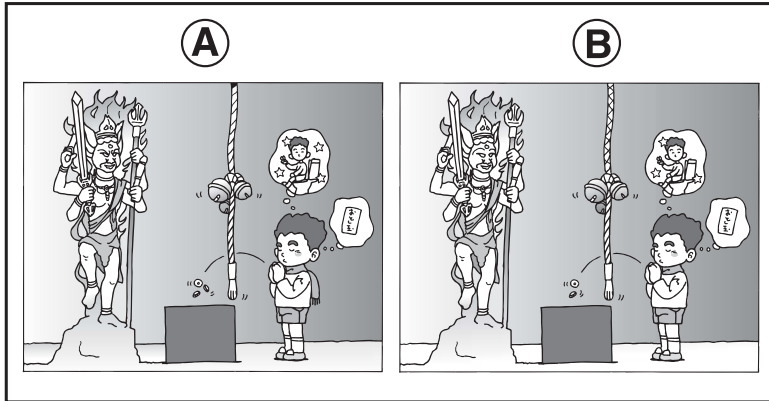
これが話題の「トイレの家」。案外スタイリッシュ!

ハネオくん 間違い探しクイズ!

間違いを見つけ、
プレゼントを
ゲットしよう!

新年、ハネオ君の初詣。「今年1年良い年になりますように…。」トイレの神様に
何を願っているのかな?

ハネオ君のAとBのイラストに違うところが5箇所あります。



5箇所すべて見つけてかわや版
編集室までご応募ください。正解
者の中から抽選でプレゼントを
差し上げます。(巻末の応募方法
をご覧ください)



- 〈前号の正解〉
1. ハネオ君が読んでいる本のタイトル
 2. ハネオ君のスリッパ
 3. トイレ掃除ブラシのケースの色
 4. 壁紙の模様
 5. カーテンの模様

アメニティ商品・サービス紹介します

特別注文承ります

洗面台設置型
手指乾燥機「風の森造 漆塗り」

昨年9月に発売して以来、ご好評を頂いている洗面台設置型手指乾燥機「風の森造」。これまで、カラーは「ホワイト」と「ホワイト×グレー」の2タイプをご用意しておりましたが、この度、特注品として「漆塗り」タイプの対応が可能となりました。伝統工芸である輪島塗の職人が、一つひとつ丁寧に手作業で塗り上げてお作り致します。また、ご希望により色や柄をつけることも可能です。美しいツヤのある漆の色は、本体の曲線とマッチして高級感を醸し出します。格調高いお客様用トイレの演出として、是非ご利用ください。



洗面台設置型手指乾燥機
「風の森造 漆塗り」

(標準価格は7万8千円。塗装タイプは別途ご相談ください。詳しくは担当のサービスマンまで)

BOOK De Toilet

トイレにちなんだ本を紹介します。



TITLE
がっこうでトイレにいけるかな?

著 者: 文・村上八千世
絵・せべまさゆき
出版元: ほるぷ出版
発 行: 2004年8月30日
定 価: 1,300円

毎年、入学式のシーズンになると親も教師も頭を抱えるのが「トイレ」の問題。小学校では、まだまだトイレには和式タイプの便器が多い。家庭で洋式に慣れた子供たちは、学校のトイレのあまりの環境の違いに戸惑ってしまうのだ。特に「うんこ」をするのは切実な問題…。そんな子供たちや、トイレの仕方をどう教えてよいか悩む大人たちにとって良き指導書となるのがこの本。「学校のトイレはどうやって使えばいいの?」という疑問に、ユーモラスなイラストでわかりやすく説明してくれる。巻末には原寸大の和式便器ポスター付きで、学校の集会などで練習するのに最適だろう。

@トイレに懸ける社長のブログ。

先日、同じ京都のアメニティネットワーク加盟店のK氏から、取引先に同行してほしいと依頼を受けました。K氏とは会社は違えど、情報交換を始め互いにサポートし合っている同志。K氏の取引先は、ちょっと名の知れた企業でかなり大きな施設。そこのトイレに設置するジェットタオルの見積り作成のため、現場調査です。設置箇所も多く電気工事が必要なため、助っ人のお呼びがかかったというわけです。トイレ診断士でもあるK氏と取引先担当者との会話を聞いていると、K氏への絶大な信頼を感じました。真面目なK氏の日頃の誠実な対応の賜物でしょう!

また、先日のこと。この秋から弊社とお取引いただいている超人気焼肉店での話。

厨房で発生した原因不明の水漏れトラブルで、弊社に「お助けコール」が入ったのです。厨



トイレ社長の奮闘記!

瀬古 浩史(せこ・ひろし)
京都のアメニティネットワークショップ「アメニティコスモス」の若社長。1級トイレ診断士。「これからはトイレの時代だ!」と平成7年にアメニティネットワーク加盟を決意。トイレに並々ならぬ情熱を注ぎ、尿石除去からトイレ診断、リフォームまで何でもこなすマルチ社長。お客様からの信頼も厚い。

No.4 期待をパワーに

房でのトラブルは本来なら関係ない所なのですが、出入りしている水道業者でも原因が分からず、トイレでサポートしている弊社に「トイレ診断士さんなら、分かるかも!」とお声がかかったようなのです。診断調査の結果、漏水の原因も究明でき、お客様は大変喜んでくださいました。手前味噌になりますが、弊社が担当しているトイレ診断士N君がいつも真面目に熱心な対応をしているからに他なりません。

私たちトイレ診断士の仕事は、トイレを快適にするために、適切な診断と対応のご提案と実践にあります。これまでに無かったトイレと向き合うアメニティの仕事に、お客様から寄せられる期待も大きいということを感じる毎日です。

この期待をパワーに、今年も頑張ります!



新しいもの・新しい出会いを見つけに

浦和コルソ (浦和商业開発株式会社)

- 創 業: 昭和56年4月
- 住 所: 〒330-0063 埼玉県さいたま市浦和区高砂1-12-1
- URL: <http://www.urawa-corso.com>

お客様訪問

No.15

埼玉県最大の都市であるさいたま市の中でも、中枢機関が集まる街、浦和。その浦和の中心地に建つ、100を超える専門店が集まったショッピングセンターが「浦和コルソ」様です。日々大勢の人が利用するショッピングセンターのトイレについて、浦和商业開発株式会社の管理部管理課長、本田隆司様にお話をお聞きしました。

■浦和コルソ様の特徴を教えてください。

浦和コルソは、複合型ショッピングセンターとして昭和56年に伊勢丹浦和店とともにオープンし、今年で27年目を迎えています。「CORSO」とはイタリア語で「大通り」を意味し、様々なショップをはじめ、レストラン、ホテル、バーなどが並ぶにぎやかな集いの路です。今後もお客様に愛される店づくりをモットーに営業してまいります。



▲「トイレは常に点検・清掃を行っています」と施設担当の本田様。

■お客様に対し、どんな点に気を使われていますか。

不特定多数のお客様が来店される場所ですので、ひとりでも多くのお客様にご満足いただける店づくりを心がけています。

■トイレで何か気を付けている点がありますか。

やはり清潔感が第一ですので、常に点検・清掃を行っています。トイレは殺風景になりがちな場所ですので、季節の花を飾ることによりお客様から好感をいただいております。

また、多目的トイレにも気を配り、あらゆるお客様にご

利用していただけるようになっております。

■アメニティを導入した理由を教えてください。

点検・清掃などは毎日こまめに行っておりますが、専門の方によって定期的に診断していただくことによってより清潔になり、お客様にも安心してお使い頂いております。

■最後に、担当ショップに一言。

担当の鍋島さんは外見どおり、いつも明るく憎めない人柄です。いつも親身になってコルソのトイレをきれいにしようと心がけてくれています。



▲(上) 清潔感漂う男性用トイレ。(下) 多目的トイレは広々としたスペース。



☆ 私が担当しています! ☆

SHOP

CSアメニティ

埼玉県越谷市

トイレ診士ID: 10-0107-0231

鍋島 匡太郎(なべしま くにたろう)さん

浦和コルソ様は、金森社長自ら、毎朝全部のトイレブースを見て回られています。日常清掃の意識の高さにいつも感動してしまいます。そんな浦和コルソ様と、今後もさらなる快適なトイレ空間を創るために、プロならではのトイレ診断を通してより良いパートナーシップを築けるよう頑張ります。



? WHAT IS AMENITY NETWORK ?

大好評! アメニティカレンダー

お客様に毎年ご好評をいただいているアメニティのオリジナルカレンダー。このカレンダーのイラストを描いていただいているのが、長嶋よいちさんです。

長嶋さんは鎌倉市在住の絵本作家。1999年に、アメニティ

のカレンダー「…じゃなくちゃトイレじゃない」シリーズでトイレと動物たちのかわいらしいイラストを描いていただいて以来、毎年様々なイラストで楽しませてくれています。

長嶋さんのイラスト入りのカレンダーになってから今回で10作品目。テーマは「トイレの中で大

好きなどもだちを思い出す」。サイズもリニューアルし、アメニティと長嶋さんの自信作です。是非ご覧になって、トイレに飾ってみてくださいね。

アメニティネットワーク
オフィシャルホームページ
<http://amenity-network.net/>



長嶋よいちさん(左)と、優しいイラストが大好評のカレンダー(上)

編集後記

まだオムツをはいている我が家の2歳になったばかりの娘。立ったまま母親につかまり、必死の形相でウンチをします。座ってするのは断固拒否!の頑固ちゃんです。そのせいか、いつも便秘ぎみ。今回の特集記事を書いていて、立ちながらの排泄は果たして健康に良いのか!?と考えるしまった母でした。(水仙)

「ハネオ君間違い探しクイズ」応募方法

3面の「ハネオ君間違い探しクイズ」の解答と下記の事項を記入し、ハガキ・メール・FAXで下記の応募先までお送りください。正解者の中から抽選で20名様にノベルティをプレゼント致します。

- ①クイズの解答5箇所 ②かわや版入手方法(担当ショップ名) ③郵便番号・住所・電話番号 ④会社名
⑤氏名・年齢・性別 ⑥トイレに関することで気になることは何ですか?

ハガキ 〒221-0863 神奈川県横浜市神奈川区羽沢町685 かわや版「ハネオ君間違い探しクイズ」係

e-mail kawaya@do-amenity.co.jp Fax 045-371-7717

■締切: 2008年2月29日(金) 消印有効 ■正解: 次号(春号)で発表

■当選者の発表は発送を持ってかえさせていただきます。



本誌は森林保護のため、再生紙・大豆インクを使用しています。

あなたの町のアメニティネットワーク

アメニティ本部フリーダイヤル 0120-57-1110