

## 水の違いと影響

私たちは、生活の中で多くの水を使います。生活用水や工業用水、農業用水など、どれも大切な役割を担っています。切り捨てることはできません。だからこそ、少しでも上等な水にしようとする人が増えていきます。

そもそも水に違いがあるのでしょうか。水道水とミネラルウォーターにはどのような違いがあるのでしょうか。そこで、ミネラルウォーターと水道水にどれほどの違いがあるのか調べてみました。

まず入っている成分です。ナトリウム、マグネシウムはそれ程変わりませんが、ミネラルウォーターの方がカルシウムを多く含んでいます。しかし、そこ以外は水道水もほぼ同じ、しっかりと清潔に保たれており、たとえ飲んだとしても、体に害を及ぼすことはありません。ミネラルウォーターの他のメリット

山添村立山添中学校 三年

南 舞香

というと、「水道水よりも味が美味しい」「不純物が少ない」の二つです。普段家では水道水しか使わないのですが、たまにミネラルウォーターを使ったりすると、料理の味にも違いが出てびっくりします。具体的に言うと水道水には、カルキなどの消毒に使われる薬品が入っているので雑味が入ってしまうという事です。しかしそれは水道水の安全性を保つために必要な物だし、飲んでも体に悪いという事はないです。しかし最近では、水道水に対して良いイメージを持っている人が少なくなっている様に感じます。

水道水にも、様々なメリットがあります。まず一つは先程書いた、きちんと殺菌されている、ということと場所です。塩素は水の中の雑菌を退治するために配合されているものです。この塩素がなければ、浄水施設から家の水栓

に来るまでの間に雑菌が大量に発生し、大変なことになってしまふのです。

もう一つのメリットは、何より手軽さです。蛇口をひねれば生活に使える水が出てくると言うのは、改めて考えてみると実に便利なことです。ミネラルウォーターのペットボトルをコップに注ぐ作業からしたら、はるかに手軽です。しかし、調べていく中で驚いたのが水道水を加熱し、消毒すると僅かに含まれるトリハロメタンという発がん物質が、二倍にも三倍にも増えてしまうということです。加熱するよりは、二、三時間汲み置きし、空気に触れさせるだけでほとんどの塩素は中和されるそうです。そうすることで、水道水独特の匂いや風味がなくなるかもしれませんね。普段私たちが使っている水道水は、1000Lあたり約二百円、百円でボトル水5000mlを一本買ったとすると、水道水なら、約千本分使えることになりました。

ここまで色々なことを調べて私が思ったことは、水道水とミネラルウォーター、多少の違いはあるけれど、無理をしてミネラルウォーターを飲む必要はないということです。

今は水道水離れをしている人が増えてきてミネラルウォーターを美味しく感じる人が多いいけれど、安くて安全で保存性もいい水道水の方が、ずっと素晴らしいと思います。

ミネラルウォーターが水道の水より健康にいい理由も実はあまりありません。ミネラルは日々の食生活で補った方がいいと思います。結局のところ、普段の生活になじみ、私たちの暮らしをサポートしてくれているのは、ミネラルウォーターではなく、水道水なのではないでしょうか。