

愛風だより

平和維持

〒339-0076
岩槻区平林寺905-1
電話048-756-8640
Fax048-756-8644
NPO法人 愛風

2025年2月号
1月29日発行

ウクライナ、パレスチナ、アフガニスタンの戦闘が止む気配がありません。トランプさんはロシアに乱暴な移民返還を強行し、一触即発と危ぶまれました。平和が長く続いた国には戦いたくしょうがない人が居るかのようです。

ドイツでは、ホロコーストはなかったと考える人が若年層で増えているそうです。アウシュビッツから命からがら解放されて生き残った人たちも、戦後80年を経て、語れる人は減少の一途。被爆者も式典に出られる人が激減しています。

時の為政者が、自分の治世がしやすいように、都合のいいように歴史を捏造するということは、行われてきたことだと思えます。小さな島国である日本でも、過去、誰がどのような思いで、何をいつ、どのようにしたのか、ということとを正確に把握することとは、非常に難しい。諸説ありというのが、現状だと思えます。

ましてや、それが国家間となれば、かけひきもより複雑であろうし、関わる人も多いし、



採れました！ 読者投稿

思惑も多岐にわたるでしょう。アウシュビッツで生き残った人、被爆者、沖縄での地上戦を生き抜いた人、東京大空襲で逃げ延びた人：彼らも、結婚し子をもうけ、孫たちに囲まれます。そして、るでしょう。彼らは、子や孫に、自分の体験したことを話したでしょうか。

私が住んでいた沖縄では、家族間の口伝はあまりなかったように聞いています。あまりにも壮絶な体験で、口にしたくもなかった。文化として、楽しいことは皆で共有するけれども、辛かったことは胸にしまって話すもんじゃないという価値観もあるようでした。ですから、語り部として戦争を伝えようと立ち上がった人々には、同じ立場の人たちの中からも誹謗中傷があったそうです。「そんな話をして」と。

話されたとして、孫、ひ孫と、世代が離れていって、はたしてひいひいさん、ひいひいばあさんの繰り返し話されることを、どのくらい深刻にうけとめたでしょうか。今、AIなる学習機能のある人工知能が、インターネット上に流れる情報を集めて新しい話題を提供するということができる時代です。うそや偽りの話題も、情



報の一つとしてとりこまれ、まことしやかなうそ情報もたくさん流れるようになりまし。

そんな話題の中には、ホロコーストはなかった、アウシュビッツで亡くなった人の数は捏造されたものだ、南京大虐殺は日本をおとしめるためにつくられた話だなどという内容のものがあります。読み取る側に、それをきちんと判別できるだけの知識がなければ、正しいことを把握することはできないくらい、インターネットの世界は、玉石混合となっています。

江戸時代を安定したものにするために、為政者は士農工商の身分の下にエタ・ヒンを置いたそうです。ヒトは、残酷なところを持っていて、自分たちより貧しい人をいじめたり、さげすんだりすることで、自分の苦しきに対する辛さを軽く感じるようなところがある。だからあえて、罪人などを人ですらないというような位置に置いた。徳川三百年は、ある意味賢い？

そういう人間の闇部分も含めた行政方法をとったから続いたのかもしれない。でも：、進化していると私は信じた。先の世界大戦で、人類は反省したはず。他人を貶めることで、自分が真に幸せになるはずがない。平和は何物にも代えがたい財産なのではないでしょうか。討論はいい。スポーツでの戦いもいいではないですか。おおいにやったらいい。でも、命を奪う戦争は、反対です。

(編集部)

障害

があっても

日本人は、お風呂好きだと思います。私も、ぬるめのお湯に長く浸かるのが好きです。これは、高齢になっても障害をもっても、変わらないようです。

でも入浴は、心臓や肺に負担がかかる大変危険度の高い行為です。健康でなければ入れません。お風呂好きの方は、長く入り続けられるためにも、健康維持への努力を惜しまないようにしましょう。

さて、私の苦い経験の一つ。私の友人には車いすを常時使用している人が何人か居ます。その一人は、三肢切断のAさんです。Aさんは、現在、福祉機器を取り扱う事業所の営業マンとして就労していて、税金も納めています。(この話は、過去に一度とりあげたことがあります。)

グループで旅行に行った最後の日、帰り道の途中に、地元公営の温泉施設が、新規オープンしていたのをみつけ、皆で入ることになりました。幸いなことに、希望者には個室をお貸ししますとも張り紙してあり、Aさんは三肢切断でしたから、大浴場だと周りの人がみな驚くだろうとの心配りから、個室を希望されました。Aさんは、独居でしたし、使えるのは右手だけでしたが、身体も鍛えていて、パラリンピックの



ネズミ防衛要員として、某農家に雇われた猫

円盤投げでは金メダルを何回ももらったことのある猛者でしたから、介助は全く必要ありませんでした。でも、その温泉の窓口の職員(お役人が当番制で担当)は、個室を使うには、介助する人が一人付かなければだめだと言うのです。

介助が必要ないならば、大浴場に入れど。動作的には問題ないが、三肢切断で周りの人が奇妙に思うだろうから、じろじろみられるのも面倒くさいし、だから使いたいのだと説明しても、「決まりだからだめです」の一点張りなのです。

これ、ありがちなことです。障害のある人は、一人前であると認められないというバリアがあるのです。車椅子に乗っているだけで、お店の人や、窓口の人が、本人が目の前に居ても、後ろの介助する人に話しかけるといふことは、よくあります。障害があるだけで、一人で判断できず、介助や保護が必要な人だと、思い込んでいる人がたくさん居るといふことです。

障害があるからできないに決まっているというレッテルを張ることが、差別のはじまりです。Aさんは、切断という重い障害がありますが、残存機能を鍛えて、日常必要な動作は、すべて自立しています。そこに、介助者は必要ありません。付き添う必要は全くない。むしろ、その切断面を他者にみられるのが、嫌だというその気持ちを含んでもらえたら、それで十分だったのです。その温泉には、その後、行ってません。せつ

かく個室を作っても、必要な人が使えないのでは、意味がありません。

人生の中で、病気にならない人はいませんか？ 事故にあつたことがないという人も少ないのではないのでしょうか。だとするならば、万民が障害者になる可能性があるということですから、ましてや高齢には、誰でも必ずあります。

自分もそうなることがあると想像してほしい。自分がそうなるでも住みやすい社会であるためには、今日の前に居る障害のある方、高齢の方には、どう接すればいいのか。ひとりひとりが、日ごろから考えていければ、社会は今よりもっと、過ごしやすくなっているのではないのでしょうか。

私の父は、齢84歳ですが、高齢だというだけで、銀行に行っても病院に行っても、「わかっていないかも」と思われてしまうようで、お金をおろすにしても、診察結果を知らせるにしても、子供たちに確認連絡が入ります。確かに老人性の難聴にはなって、聞き取りが非常に悪くなりました。けれども、面と向かって、口元も見せながらゆっくり話せば、内容はきちんと理解できますし、自分の価値観や意思もはっきりしていますから、判断力は健在なのです。

でも、オレオレ詐欺予防の余波ともいいます。うか。高齢だというだけで、半人前扱いです。多くの場所です。今の日本の現状です。私も還暦を過ぎると、そんな扱いを受けるようになるのでしょうか。年をとりたくなくなってしまう。 (しずか)

物盗られ妄想



妄想が出る疾患は複数ありますが、疾病によって出やすいタイプがあります。中でも、物盗られ妄想は、認知症に出やすいものです。

財布がなくなった、ここに置いてあったお札が二枚足りない、お米が減ってる、亡くなった亭主のスーツがなくなった、ハムが無くなっていく。その訴えは実に多岐にわたります。

物盗られ妄想では、ごく身近な人が犯人だと思われてしまいます。たいてい、親身になって一番頻度多く、熱心に介護している人が、誠意を疑われたように感じて、落ち込んでしまうということがおこります。

物盗られ妄想が認知症の人に出やすいのは、記憶が少しずつ損なわれていくためではないかと思われれます。自分で何かに支払ってお札が減ったことをすっかり忘れてしまって、財布に一万円札が五枚あったはずなのに、三枚しかない。来たのは嫁しかいないから、嫁が財布から抜いたに違いない。記憶の低下を自覚することができず、自分の覚えているこ

健康で長生きするために

part78

口から食べる..ことができなくなってくると、健康に生きていくことが難しくなります。今は医療技術が進歩したので、例えば食道や胃に癌ができて食べ物が通らなくなったとしても、直接管で腸に栄養を流し込むこともできるようになり、管理する方法を身に付けさえすれば、その後も元気ですごせるようになりますが..。腹に穴を開けて、管を通したままにしておく..などという治療は受けたくないと思っている方は、口から食べ続けられるように、嗅覚を大事にしてください。

特別食欲が落ちるような原因（癌など）がないにも関わらず食欲不振になる原因として、嗅覚や味覚の鈍化があるそうです。嗅覚は加齢により低下しやすい感覚です。匂いや味が感じられると脳に刺激が伝わり、胃や腸に胃液を増やしたり蠕動運動を促進するような命令が伝達されます。ゆえに、その刺激を感じる力が落ちると、食欲も低下してしまうのです。

認知症で便を手で触ってしまう..人がいらっしやいます。臭さを感じていれば、触れることはないでしょう。認知症重度の状態にある方は、自分で感じていることなどを言葉で表現することができなくなっていますので、確認のしようもないのですが、おそらく嗅覚は著しく低下しているものと思われます。

味覚や嗅覚を健康に保つために、おすすめなのは、アロマセラピーです。植物から抽出したエキスを生成し濃縮した精油を使うものです。いろいろなたのしみかたがありますが、布製のブローチに一滴垂らして、身に付けて香りを楽しむもよし。加湿器に一滴たらして、室内に蒸散させるもよし、ハンドクリームなどに一滴まぜて、洗い物の後手に塗るのもよしです..。アロマポットやエッセンシャルオイルを練りこんだろうそくの利用でも楽しめます。

精油の薬効は古くから知られており、近年には科学的にその効能が証明されたものもあります。朝、ローズマリーとレモンの香りを楽しんでみませんか？ 認知機能に改善がみられるかも..。（しずか）

とで合理的に考えると、盗まれたと考えることが一番納得できるから、そう思ってしまう。認知症がなければ、他の要素・親身になって世話してくれているこの嫁が、そんなことするはずはないとか、このところ物忘れがあるから、どこかに置き忘れてしまったかな？ など、他の要因も考えて、理性的な判断に到達できるはずです。

けれども、認知症にて、周囲の状況を正しく認識する機能も落ちていきますので、狭い範囲での思考にとどまってしまう。そして、他の妄想と同様に、思い込んでしまうと、そう簡単には修正されません。どんなに理論的に状況を説明しても、感情的に盗まれたという

ところで凝り固まっていますので、修正はできません。これが病である部分です。

やっかいなのは、いきなり重度になるわけではない点です。極軽度の際には、健康でできている部分も多くありますから、「盗まれた」「発言を真に受けてしまう周囲の人も居るでしょう。一生懸命介護している家族が、そうでない近所の人や他の親せきに、「盗人」とレッテルを貼られてしまうのは、心理的につらいことです。認知症の人には、物盗られ妄想が多いということを、知っている人が増える

（愛の風）

高次脳機能障害

聞き慣れない言葉かと思いますが、想像がつきま
すか？ 脳卒中や頭部外傷後の後遺症として、みら
れることのある障害です。記憶力の低下などが症状
としてみられることがあるため、認知症と鑑別する
必要がある障害です。認知症と異なる点は、病では
なく障害であるため、進行はしないということとし
ようか。

交通事故で生死の境をさまよった後、担当してく
れた作業療法士さんがとても良い人だったので、自
分もなりたいたいと思って学びにきましたという学生
(以下B)の担任になったことがあります。

Bは、私が担任するまでにすでに、リハ学院で8年
学んでいました。事故で頭部外傷になり、生死の境
をさまよい、ご両親には一生植物人間でしようと言
われた時期もあったそうですが、奇跡的な回復を遂
げ、自力歩行も獲得し、車の運転もできるようにな
っていました。

でも彼には、極軽いものではありませんが、高次脳
機能障害が残っていました。全部ではないのですが、
一部記憶に障害があったのです。残存している記憶
力と、持ち前の根気、前向きな性格から、人並み以
上の努力をしたのですが、記憶の障害にて、覚える
ことがとても苦手で、学科試験はいつも苦戦してい
ました。一つの学年の教科を獲得するのに他人の倍
かかっていたのです。ですから、私が担任するまで
に、実は他の学校を期間いっぱい留年して退学にな

り、二つ目の学校としてうちに入学し、私の担当す
る学年の二級上での入学でしたが、留年留年で、降
りてきての出会いでした。

私立の専門学校でしたから、学費もばかになりま
せんが、奇跡的に命をとりとめた息子に、ご両親
は、思う存分学ばせてやりたいとお考えで、実に8
年分の学費を、工面してくれていました。でも、私も
リハの専門職です。彼のもつ高次脳機能障害が、本
人の努力では、いかんともしがたいものだということ
もわかりました。根気強く努力できる性格であると
も言えなくはないですが、高次脳機能障害による固
執である可能性もありました。

私が担任になってから、より詳細の検査を受けて
もらい、高次脳機能障害の存在と種類、程度を明ら
かにしてもらいました。そして、そのことを、本人と
ご両親に伝え、進路の変更を進めました。Bは、努
力家でしたし、明るい性格で、もともとスポーツマン
でもあったので、身体が丈夫でした。片足
に軽い麻痺が残っていましたが、五体満
足の私より、バトミントンなどは上手で
した。

でも、Bは実習に行くと、担当した患
者さんが、右麻痺だったか左麻痺だった
か、忘れてしまうのです。努力家だった彼
は、記憶の欠落を補うために、必死にメ
モをとっていました。一日八時間稼働
していることすべてを書き記すことはで
きません。たとえ録画していても、それ
をみるのにまた同じ時間必要となれば、

仕事としてそれを遂行していくことは難しいです。

彼のひととなりは、前向きで、障害に向かい合い努
力する多くの方の助けになりそうでした。善いとい
ろはたくさんあったのです。けれども、セラピストの
先輩として、彼を臨床家にするにはできなかつ
た。医師が手術に使ったガーゼを体内に残したら、
患者さんの命に係わるように、私たちセラピストに
も、この人の今の状態を正確に記憶し、次につなげ
る責任があるからです。Bには、障害にて、その責任
を遂行することができないと、伝えました。

ご両親には泣かれました。いくらでも金は出す。こ
れだけ本人が努力しているのだ、なんとか認めてや
ってほしい。でも、心を鬼にして、不合格を申し渡
し、本人は泣く泣く、学び舎を後にしました。

その後、彼は、地元の公務員試験に合格し、地方
役人として常勤勤務しています。昨年、お嫁さんも
もらって、第一子をささずかったと、賀状が届きまし
た。Bの望んだ仕事ではありません

んでしたが、Bのもちまへの明る
さは、今の部署で重宝されている
ようで、充実した毎日を送ってい
るようです。Bの記憶の障害は本
当に一部でした。私が担任になっ
たことも、私が最後通達を出した
ということも忘れず、今も連絡を
くれます。障害があっても、幸せ
に社会人をすることは、充分に可
能なのです。

採れました！ 読者投稿

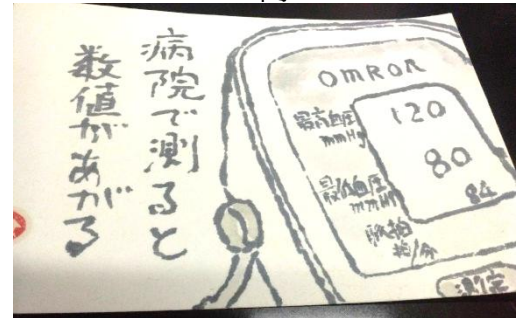


認知症への備え

2025年、団塊の世代が後期高齢者になります。65歳以上の人の五人に一人が認知症と言われていますから、知人にも何人かいらっしやるのではないでしょうか。

身内に認知症の人が居て介護で苦勞されているという話もよく耳にするようになりました。多くのの方が、老後の生活もみずえて貯蓄なさっています。ご自身で管理できているうちには、問題にならなかつたところが認知症にて、銀行口座の暗証番号を忘れてしまつたり、登録印鑑がわからなくなつてしまつていて、生活に必要な金銭の準備や公共料金の支払いが滞つてしまつて発覚。ご家族が代理で手続きしようにも、なかなかできない。こんな話をよく聞くようになりました。

我が家もそうですが、親の通帳がどこにあるのか、印鑑はどこか、ましてや暗証番号や複数ある印鑑のどれで登録しているかなど、私は知りません。認知症は急に全部わからなく病ではなく、徐々に進行するものです。ですから、一緒に生活していると「あれ?」と思えることでも、月に一回たまに会う範囲では、いつもと同じようにみえ、ちよつとくどくなつたくらいしか感じられない場合もあります。電気が止められたなどという一大事がおこつてはじめて、電気料



金の督促状が届いていたのに何の行動もしていなかつたことが判明し、調べてみたら引き落とし口座に残高がなくなつていて、さらにしらべてみたら高額通販商品を大量に購入していて...などと言つる式に課題が出てくる...という話もよく聞きます。

日常の介護をしていて、メインでみられる家族に通帳や印鑑、現金を託していることはあります。お元氣な時から、介護者以外の家族にも、そのことが伝わつていて、もしもの時にも、お願いしているからと、関係各者が承知していればいいのですが。公正に管理しているつもりでも、他の家族や親せきから疑いの目を向けられてしまい嫌な思いをするということも、あるのです。:

介護してくれている人に、ご自身が認知症などで判断できない状態になつた時の、お金の管理や入院や入所、延命の判断をまかせたいならば、そのことを外野に、とやかく言われることのないように制度利用で準備をしておいていただきたい。後押しが無いと、辛い思いをさせてしまうかも。自分の子供たちは、財産争いなんて醜いことはしなはざと思つている方は多いです。でも、実際には、あちらでもこちらでも、起つています。備えあれば憂いなしです。

今ある制度の中では任意後見人制度がお勧めです。これは、認知症になる前に手続きをしておけば、一番世話をしてくれて全権を委任し

たい人の後ろ盾になる制度です。後見人には、法廷と任意の二種類がありますが、任意の方は、本人が選べるという特徴があります。認知症になつてしまつてからだと、法廷後見しか選べません。法廷後見人は、家庭裁判所が決定するので親族が選ばれることは全体の二割ほど。たいてい弁護士などが選出されます。

任意後見の場合は、判断力がしっかりしている本人が、後見人を指定し、何をしてもらいたいか決められます。法廷後見と比べると手続きも簡易です。手続きは健康な時に、公証役場でおきますが、効力をもちはじめるのは認知症と診断されたときからです。その際に、任意後見人の活動をチェックする任意後見監督人が家庭裁判所で選ばれ、裁判所が、本人の生活に支障のない額を監督人への報酬額と決めます。一〜三万円くらいの月額が相場です。後見人の月額報酬は、親族ならば無料にも設定できますし、司法書士や弁護士などに依頼するならば、数万はかかります。

後見人は、楽ではありません。金銭に関わる活動をすべて記録することが求められ、年に数回、監督人に報告することが求められます。それでも、自分の意志を、死後も遂行するためには、今唯一の公的制度ではあります。

一方で、今注目されてきているのは民事信託です。複数の事業所がありますので、みつもりをとつて選択した方がよいです。三十〜百万円の料金設定があります。

じゃんけんぽんっ

一月は二回とも和食弁当でした。海老しんじょを寄付でいただきましたし、おいしい里芋も手に入りました。事務所の庭で菜の花も食べごろでした。春らしい一品になったと思っています。野菜は、調理に手間がかかるので、市販のお弁当にはあまり入っていませんが、お子さんの健康を考えるなら、野菜は必要です。

二月は八と二十二日の開催。予約は、LINEか電話(へもろ)090-7377-7607)で。







住み慣れた地域での

生活支援に取り組んでいる

NPO法人愛風

を 応援します!

		マッサージ・はり 阿部マッサージ治療院 要予約：090-3132-5731 見沼区大和田町2-903
和菓子店 若竹 048-754-2650	照医堂はり治療院 休院日 毎週日曜	予約制 ☎757-1200 渡辺幸夫
お正月用 おもち お祝いの引き出物等承ります!	岩槻6209-2/カラオケ：昼13~16時 千円(火・木・金は歌い放題)	
店舗営業時間11~翌朝5時/日曜祝日11~翌朝3時	永楽食堂 ☎756-2498 出前配達時間 11~15時/17~21時	むげん ☎749-4621 定休日：日曜と月曜
院長 アスレチックトレーナー 竹内貢 本宿444-19	プラスチック金型設計製作 城町2-6-41	中村金型製作所 ☎756-9188
竹内接骨院 ☎758-1345	毎日 月・火定休日。	はり・きゅう・りはびり 出張・無料送迎あり。
おしゃれ床屋 はやし ☎794-5675	治療院 すきっぷ ☎048-711-9273	どんなに小さな工事でも大丈夫。
お好み焼き 一文 ☎756-5543	一般建築塗装 代表 松本睦男 090-3427-8452	
岩槻5477-2 定休日 月曜	扶桑工業株式会社 西原台2-1-143	火曜と第1・3日曜休み 西町4-1-25
お問い合わせ ☎048-757-6413	ビューティーサロン レオ ☎758-0415	太田2-2-20
 訪問理容・美容も致します。火曜休み	 ほんまる歯科医院 0120-6480-78	9:30~21:00 定休日：日曜
理容室 レオン ☎757-7750	とわそりーぬ ☎756-4732	
皆様の毎日の一助を エアコン部品製造加工	ベル・ジュバンスやっています (火曜・第3日曜定休)	タマ美容室 048-754-8834
藤原精密 ☎757-2799	-無い本は、ご注文をお受けいたします-	岩槻書店 ☎757-4725
水曜定休	新車・中古車○車検-代車無料もあり。	野澤自動車 (浮谷) ☎798-1003
喫茶みのり ☎757-7318	木曜定休：やきとり早めのご注文を..。	肉のやまざき (本丸) ☎758-1424
-初心者、小・中学生指導します-	毎週火・第2・第4月・第3日曜定休	ゆうき美容室 ☎757-8238
囲碁サロン琥珀 ☎090-3210-4392		
-電気のことなら何でも-お見積り無料です。		
ナカヨシ電器サービス (西町) ☎757-6561		
あなたもきっと気づく。自分で治す力。		
埼玉むつう整体院 (予約制) 090-5335-8170		
鉄・包丁、砥ぎます。高品質・低価格めざします。		
大平畳店 (本丸) ☎757-1496		

プロ口魂

数十年ぶりに、紅白歌合戦を観ました。テレビの前でお酒をいただきながら。半分以上、知らない歌手でした。でも半分は、良く知っている歌で、知っている歌手でした。が、皆、老けてましたね…。年数は、一般人の私どもと等しく、彼らにも訪れていたのだと実感いたしました。

さて、映像技術もあがったのですが、魅せる技術、すばらしいなど、感嘆しました。歌手だけでなく、スタッフも裏方として走り回って作った舞台であつたろうと思います。お茶の間に流す番組として、それこそ老若男女が観て、楽しいと思えるように、練りに練られた企画だったのでしょう。

インターネットが普及しはじめた頃には、テレビが面白くなくなり、観る価値を見出せずにいました。久しぶりに観て、テレビ番組を作ってきたスタッフも、歌手も俳優もタレントも芸人も、知恵をしばって、できる努力を積んできたのだなと思いました。私も社会人になって三十年以上…。お世話をいただくためにしなければならぬこと、責任、研鑽…を、積んできまして、どんな仕事にも、それらが必要であることは、わかってきました。五十路も中盤五年後には還暦を迎える今になってやっと、このテレビ番組を作っている人たちの、努力や技術や、想いなどに、気持ち向けられることができるようになりました。『実るほど頭をたれる稲穂かな…』ですよ

ね…。人生後半にさしかかってやっと、他所の仕事の難しさや価値に想いを馳せるようになりました。

学生時代、話術に長け、難しいことをわかりやすく講義してくれる教師は人気がありました。私も愛風に勤める前に、作業療法士の養成校の教員をしていましたが、自分が教える立場にたつてはじめて、学生に居眠りをさせず、こちらの伝えたい内容を、理解させるためには、技術が必要であることを知りました。ユーモアセンスが皆無で、意図して面白いことを言えない私には、学生の興味関心を引くことが、まず第一関門でした。

結局のところ、面白いことは言えるようになりませんでした。若気のいたり、してきたたくさんの失敗談は、学生たちには笑いのネタであつたようです。他の教師の講義工夫などからも学ばせていただきながら、学生の柔軟な思考に感嘆しながら、教育の仕事もしてきました。

作業療法士として病院などで、障害のある方のリハビリテーションを担当してきたこと、その専門職を養成する学校で教員として後輩を育てたことを、通して、本当にいろいろな職業について知ることができました。患者になる人の背景は千差万別でしたから。その仕事に戻るために、どのようなことができ



躍動する自慢の孫

※ 読者から寄せていただきました。テレビでも放映されたそうです。すばらしい！

なければならぬのか、どのことはできなくても代用できるのか、その人と一緒に整理し練習し工夫してきました。幼い子供3人を育てていた派手な身なりをしていたお母さんは、つけまつげ、着け爪、金髪の長髪と、私が進めようとするれば、支度に数時間かかりそうな化粧を十分でやると言っていました。すごい技術です。

大勢の前で、伝えたいことを伝えるのは、本当に難しい。講義をするという形でしたが、その経験をしたからこそ、観ている人を感動させること（す）が実感できます。衣装にしてもライトにしても、音にしても話術にしても。

話す速度、音の高さ、内容、えらんだ言葉、どのようなものを選ぶかによって、印象が全く違ってきます。彼らは、表現者ですから、磨かれています。まさしくスターなのだ。お金を払っても見に行きたい、気持ちはわかります。

他の職業に就く人が、何を大切に想い、それを実践するためにどのような技術を磨いてきているのか、知らなければ感嘆することもなかったと思います。ヒトに関わる仕事で、よかったと思う点です。

年末の紅白歌合戦をみて、茶の間の視聴者に向けて、たくさんの工夫や努力がなされたのだろうなど、思うことができました。私にも、やっと、他の仕事をする人の、大変さを思いやれるだけの素地ができてきたのだと思います。紅白、魅せられました。ありがとうございました！

(しずか)

電力供給方法

温暖化してきたといっても、冬の寒さには暖房なしでは不向きな厳しさがありません。日本の電力供給は、原発と火力発電が主力となっています。

一方で自然エネルギー導入で世界最高水準にあるのはオーストラリアだそうです。中でも南オーストラリア州は、2019年の春には、最後の石炭火力発電所を廃止。2023年には、太陽光と風力の発電で実に必要電力量の74%を賄えるようになっていくのだとか。

自然エネルギーで懸念される供給量の不安定さに対しては、系統用大型蓄電池の導入にて、停電リスクを回避しています。そして、2027年には、100%自然エネルギーでまかなえるようにすると、州をあげて目指しているのだそうです。技術的には十分に可能ということですね。

日本の政治家の中には、未だに資源の乏しい日本にあつては、原発は必要だとうそぶいている人が大勢居ます。小泉元総理ですら、原発はリスクが大きすぎて、実用にはふさわしくない、廃炉すべきだと言っているのに…。

地震や火山が多い日本には、地熱もあるし、島国

自分の買い物で誰かを幸せにするしくみ
毎月11日は「いい日いい街イオンデー」
イオン浦和美園店
さいたま市緑区大門3710
048-812-6464
11日にイオン浦和美園店で買い物をした時のレシートを、愛風のボックスに投入をお願いします！
皆様のお気持ちが、イオンから、愛風に還元されます。普段の運営に必要な備品等を入手する一助になっています。

ともないはずですが、でも、そうならないのは、何かの既得権益がうずまいていっているのではないかと、勘繰りたくなってしまう。

故安部元首相が「これからのエネルギーは水素だと思いませんか」と答えていた場面をふと思い出しました。水素は、現在も一部タクシーなどに使われていますが、供給場所などの整備が追い付かず、一般的にはなっていない。

私物ですが、犬の散歩に行くときに使っている懐中電灯が、ソーラー蓄電タイプです。日中、パネルの部分に日に当てておくと、夜、小一時間散歩するときには、十分な明かりになります。それまでは、乾電池を使っていますが、捨てるのにも気を使うし、ソーラータイプにしておいてよかったです。

ヘルパー栽培

(ただし、雨天が続いたり、うっかり充電を忘れていると、点きません)

皆様は、ご自宅で何アンペアの配線をしていますか？ 私は福島以来15アンペアに替えました。電気カーペットやドライヤー、洗濯機や冷蔵庫は使っています。が、足りてます。さすがに布団乾燥機と電気カーペット、電気ストーブを同時に使うと、ブレーカー落ちますが…。

ですから波もあるし風もある。水田があちこち休耕してしまから、油を算出する微生物を大量に培養したついで。自然エネルギーの利用に舵をきったつて、技術が不足というこ

健康機器、いろいろな種類のもが出ていますが、自転車のペダルを踏むようなタイプのものは、その動きで発電できるようにしたら、どうなんですかね？ 携帯電話の充電くらいはできて、健康のための運動にもなるならば、一石二鳥で、頑張り続ける理由にもなるのではないのでしょうか。

住民ひとりひとりが、電気を少しずつ算出し、使う量を減らせば、原発なくても、なんとかなるんじゃないでしょうか。福島原発事故のあと、当時子どもだった人たちの中で、甲状腺癌で闘病する人たちが居ます。今、裁判をしています。原発は、ひとたび事故を起こせば、長きにわたる健康被害が広い範囲にもたらされます。禍根を未来に残す重大な公害です。

少なくとも、私の周りの人たちで、原発賛成と言っている人はいません。どうして廃炉にならないのでしょうか。地震も増えているし、竜巻などの突風も各地でおこるようになっていくし、津波や洪水といった災害も、ひどくなるばかりです。原発周辺に在住の方は、それらの災害に見舞われるたびに、その災害の被害の他に、放射線の漏洩心配をしなければなりません。不毛ですね…。(編集部)

編集後記

冬ですから、寒いのですが、同行支援という視覚障害のある方の外出支援を主に行っているヘルパーに今年も寒いですか？と聞いたところ、いや全く、歩いてると暑いくらいだとの返答がありました。

着々と温暖化が進んでいるということなんでしょうか。確かに私が茨城県大子町に住むようになって十年を超えましたが、この数年は、袋田の滝が全面凍ることがありません。過去には、凍った滝をアイスクライミングする人が居たくらいだったのですが…。

気候の大きな変動が、人類の体調にどう影響するのか。杞憂であってほしい。(しずか)