

KANAGAWA HOHYUH CLUB
神奈川放友会
News letter



Vol. 8 No.1 JAN.. 2015
 第 29 号

神奈川放友会

〒231-0033 横浜市中区長者町4丁目9番地

ストーク伊勢佐木1番館 501 号

TEL 045 681 7573 FAX 045 681 7578

発行人 長谷川 武

発行日 2015年 1月 15日

出版物と新老人パワー

神奈川放友会会長 長谷川 武

東日本大震災による東電福島第一原発事故は、「人的要素による安全への配慮の欠陥がもたらしたもの」とも言われている未曾有の災害であった。また、科学の最先端である原子力の利用・技術は、一世紀をかけて研究開発されてきた人類の夢の実現であったが、環境破壊の負の原子力発電所事故となってしまった。

1986年のチェルノブイリ原発事故と2011年3月の福島第一原発事故は、原子力利用の恩恵と夢を打ち砕いてしまい、国民の生命や生活に大影響を起している。

この原発事故は環境放射能汚染を起していることはご承知の如くで、生活環境が一変し、福島を中心とする生活の基盤崩壊と関東一円の地域社会は放射能汚染により、未曾有の災害と闘う生活が強いられている。特に福島県民は健康を守るために、放射能汚染の影響を避ける陰しく厳しい生活が続いており、福島は広島・長崎につづく三番目の放射線被ばく県となった。また、思いもよらない風評被害にも見舞われている。国民も報道に惑わされ情報不足もある中で、自ら理解、判断することの難しさに困惑していると思われる。この事態を知った放射線技師シニア組の我々は、“今が世のお役に立つ機会ではないのか”と理事会で議論した。神奈川放友会には現役時代に核医学診療や放射線治療に携わった会員が多く、折しも新老人のシニアパワーの使い道を模索していたのである。「放射線と人体影響」など放射線学を多少なりとも学んだ診療放射線技師が、今回の惨事を眺めているのみではなく、持ち合わせる知識とかき集めた情報を国民に還元する活動をする事とした。

また、国民の不安に対し、放射線を学んだ特殊な我々集団が、何か貢献すべき行動を取るべきだと Vol. 5 No. 1 JAN. 2012 でも呼びかけてきた。その結論が、自前で出来る小さな組織活動として、「食と放射線」に関する副読本の出版物発行であった。

しかし、神奈川放友会には出版資金は無く、有志の資金調達による支援と理解を頂き、無理を承知の上で組織活動の起爆剤に成ることを夢見て、企画に漕ぎ着けたのである。発行は早い程よいとの時間制限と、資金が少なく自作自演の自己編集による自費での自主出版だった。

初版は「食と放射線 ー放射線と共生するための副読本一」を139ページ編集で500部発行したが、目的が達

成できたとの評価であった。

この成果と支援者からの励ましを頂き、且つ、神奈川県民主党県議団による「福島県における“食と放射線の安全・安心への取り組み”視察」に同行する機会を得て、環境放射線の測定及び除染対策や、食品の放射性物質汚染の測定及び対策に全力で取り組んでいる現状を知ると共に、農産物の出荷産物には放射性物質の問題は安心であることを改めて知ることができた。したがって、この視察で再認識したことは、福島への支援をするためには、“国民が「放射線に関する知識・情報」をより知って頂くことが風評被害をなくすことになる”と微力なりとも力を注ぐ活動の必要性を感じたのである。

そこで現役の若手執筆者を増員し、再び第二弾として「食と放射線 ー安全・安心への取り組みー」を167ページ1000部の発行に漕ぎ着け、第一弾、第二弾を合わせた「姉妹編の発行」としてまとめ挙げた。

お陰様で出版物はそれなりに好評を得ており、「神奈川放友会の活動」が評価されつつあるのだと自己満足している。また、他県の有志との交流や東日本の放射線技師会等に、神奈川放友会の出版活動を紹介し、県民への啓発活動に対する支援をお願いした。更には、講演会の開催までに発展し、①生活の中の放射線雑学 ー食と放射線を中心にしてー ②食と放射線 ー安心・安全への取り組みー の演題で、講演会等も行っているのだから、「社会貢献の活動である」と理解してよいと思っている。

シニア組はシニアらしく、ガンバリ過ぎず適度の範囲で行動するのがよいのでは？とも言われますが、これらの活動は、“神奈川放友会とは「老人ボケの烏合の衆の集まり」だ、と批判されないための起爆剤”になっているのではないだろうか。

神奈川放友会は、「新老人階級の社会貢献を考える」ことを目標に、会の活動目的である「医療と福祉の向上発展に寄与する社会活動」を実行している自負がある。

新老人であるシニア組の我々には“社会活動への貢献”こそが、似合いの筈と活動を深めて行きたいものだ。

神奈川放友会は“新老人パワー”の活用を進めたいと願っている。

会員諸氏のご理解とご支援をお願いしたい。

放射線教育すそ野拡大 — 被曝への不安軽減 —

佐々木 康人 (ささき やすひと)

福島第一原子力発電所事故を契機に、放射線の健康影響への関心が高まっている。しかし、放射線の影響とその危険性(リスク)を巡り、専門家が提供した情報は十分に整理統一されておらず、受け手側の国民を不安に陥れることにもなった。国民が、放射線の性質や被曝に関する基礎知識を持たず、合理的な判断ができなかったことも混乱を招く一因となった。

そのため、国は 2012 年度から義務教育課程で放射線理科教育を始めている。学校教育、生涯教育の現場で、放射線教育を担える人材育成が急務だが、実現には困難が予想される。

こうした現状を踏まえ、私が委員長を務めた日本学術会議放射線防護・リスクマネジメント分科会は、今年 9 月 4 日、提言を公表した。「大学の医学教育における放射線健康リスク科学教育の必修化」と、医学教育の現場を拠点に教員、自治体職員ら社会人を対象とした「放射線健康リスク科学教育プログラム」(大学院修士課程)の設置などが柱だ。

必修化の狙いは、医学生に対する放射線影響、防護管理などの知識やリスクに関する教育を徹底し、医師となった時に、住民の疑問に答え、適切な知識を提供する担い手になってもらうことである。原発事故、地域医療を担う医師らが適切な知識や情報を提供していたら、社会の混乱と不安を減らすことができたとはいえないと思うからである。

診断やがん治療で、放射線の果たす役割は近年著しく増した。しかし、放射線診療従事者や放射線診療を依頼する医師の中で、放射線の健康影響やその防護管理に精通している者は少なく、むしろ、被曝線量には無頓着な人が多い。臨床放射線医学に比べて、放射線影響・リスク科学などの基礎医学教育が不十分なことが主要な原因である。

提言は、この反省に立って、医学生全員に、「放射線健康影響と防護管理」(講義と実習)のコースを必修化することを求めた。同時に、このコースを医学部以外の学生にも公開することが重要である。医療専門職の国家試験に出題するなど学習への動機付けも必要であろう。実現には、大学間の連携を通じて教育拠点を作り、不足気味の教官を有効に活用する。放射線線量に関心の深い医師・看護師・技師などを増やし、過度の不安を軽減することで、社会全体の放射線に関する常識の向上にも貢献できる。万一の原子力災害や放射線事故に当たっては、

湘南鎌倉総合病院付属臨床研究センター長

横浜市大放射線医学客員教授(連携大学院担当)

- ・東大教授・放射線医学総合研究所理事長
- ・国際放射線防護委員会委員を歴任

環境や個人モニタリングを自ら実施し、その結果に基づいて、適切な対応行動や助言・指導ができるようにすることを目指している。

「放射線健康リスク科学教育プログラム(修士課程)」の修了者は、この分野の専門家やプロの解説者として、小中高、大学、自治体、企業や、メディアなどで活躍することが期待される。

被曝に関するリスクの伝達は科学的知識と論理だけでは達成できない。人の感情と心理を考慮した対応が求められる。適切かつ実用性の高い放射線教育を充実しなくてはならない。

(読売新聞 2014 年(平成 26 年) 11 月 27 日

朝刊掲載 “論点”より引用)

佐々木先生にはこれまで、神奈川県放射線技師会において講演等を積極的に行って頂いており、放射線技師の理解者としてのご指導を頂いて参りました。

現在、日本学術会議臨床医学委員会放射線防護・リスクマネジメント分科会委員長として放射線教育のすそ野拡大に努めていることを新聞で知りました。

私たちは 12 月 24 日(水) 9:40~11:00 まで湘南鎌倉総合病院臨床研究センター長室を訪問し、先生のお仕事についてお話をお聞きすると共に、「食と放射線」の安全・安心への取り組みについてご意見を頂きました。また、技師職の教育・資格についての意見を頂きました。



佐々木 康人(湘南鎌倉総合病院付属臨床研究センター長)

荒川 康彦 (富士フィルム R1 ファーマ株式会社営業本部造影剤事業部参事)

長谷川 武(神奈川県放友会会長)

早瀬 武雄(神奈川県放友会副会長)

横浜みなとみらいホールでの
神奈川放友会

「講演と音楽の集い」 開催報告

日時 12月14日(日)
開場 13:00 開演 13:30~16:00
場所 横浜みなとみらい小ホール
入場料金 無料

司会 草柳 伸彦
(神奈川県地域放射線技師会連絡協議会会長)

I あいさつ

神奈川放友会 会長 長谷川 武

皆様 今日は年の瀬のご多忙な中を万障繰り合わせてご参加頂き、厚くお礼申し上げます。

東日本大震災による福島第一原子力発電所事故により、放射能汚染が発生して、特に東日本の県民は「放射能災害」にさらされ、「食と放射線」に大きな関心を持っております。

我々は社会活動の一環として、「食と放射線」に関する副読本の出版により、放射線との共生や安全・安心への啓蒙活動を続けてきました。第一版は「食と放射線—放射線と共生するための副読本—」、第二版を「食と放射線—安全・安心への取り組みの副読本—」です。

また、本日のイベント企画は初めての挑戦ですが、会員の中に「弦楽アンサンブル・音楽の森」で活動している役員がおり、そのグループのお蔭で、素晴らしい本会場を使用できる機会を得ましたので、「講演と音楽の集い」と銘打って、開催に漕ぎ着けました。

本日のプログラムの第一部は、「食の安全・安心を求めて」の講演で、食と放射線を考える会代表であり、神奈川県議会議員(旭区選出)の「合原康行」先生による、「食材への不安—食品の最近の話題—」を、次は私、長谷川が、「食と放射線」と題して、話させていただきます。

また、第二部の音楽の部では、癒しの音楽として、弦楽アンサンブル・音楽の森代表であり、神奈川放友会理事の小嶋昌光グループによる、演奏を提供させていただきます。以上で、挨拶とさせていただきます。

公益社団法人

神奈川県放射線技師会 会長 高橋 喜美

神奈川放友会 「講演と音楽の集い」にお招きいただき、心よりお礼申し上げます。

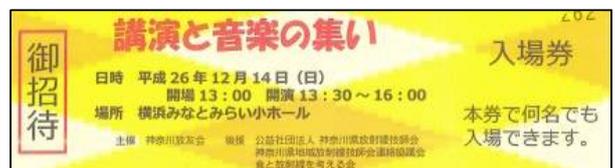
神奈川放友会の「活気あふれる企画」に対して神奈川県放射線技師会としても後援させていただきました。

講演の案内を拝見しましたら、神奈川県医療専門職連合会の元事務局長の合原先生の講演と元放射線技師会会長の長谷川先生の講演があり、講演名から興味をそそる内容を想像してまいりました。

食の安全・安心と放射線の関係は、非常に深い関係があります。2011年3月11日の東日本大震災を通じて、

福島第一原発の放射能漏れ事故が発生しました。そして、福島県を中心に東日本全体に放射能汚染が広まってしまったことを危惧して、神奈川放友会では、早々に「食と放射線」と題した安全・安心への取り組み「副読本」を発行し、多くの関連団体や県民、市民の方に放射能汚染について、正しく理解していただく必要性を呼びかけていただきましたことに、神奈川県放射線技師会としても厚くお礼申し上げます。

最後に、この素晴らしい会場での「癒しの音楽」を楽しむに、私の挨拶に代えさせていただきます。



II 食の安全・安心を求めて

- 1) 食材への不安 - 食品の最近の話題 -
食と放射線を考える会 代表 あいほら 康行
- 2) 「食と放射線」 - 安全・安心への取り組み -
神奈川放友会 長谷川 武

III 癒しの音楽

演奏 アンサンブル音楽の森
曲目 80日間世界一周のテーマ・グリーグ「ホルベアの時代から」作品40プレリュード・他

衆議院総選挙投票日と重なりましたが、「講演と音楽の集い」の広報である「横浜みなとみらいホールのコンサートカレンダー」にこの企画が掲載されました。

市民の方からの問い合わせ電話等がありましたので、市民の皆様はこの企画を知っていただいたとの確信が得られましたので、この活動の目的が果たされたものと考えています。

「講演と音楽の集い」詳しい報告は次号で掲載予定です。

熊野古道を歩く(高野山より熊野三山へ)

中村 豊 (国立病院機構相模原病院臨床研究センター 会員番号 82)

GW の連休を利用して熊野古道を巡ってきた。一口に「熊野古道」といっても大峯奥駈道、小辺路、中辺路、大辺路、伊勢路、紀伊路などがある。今回は来年、弘法大師空海が開山して 1200 年を迎える高野山の宿坊に泊まり、小辺路(こへち)を辿り熊野本宮大社にお参りし、中辺路の小雲取越、大雲取越を経て那智大社から新宮の速玉大社の熊野三山に詣でた。全日程、6泊7日で約100kmの世界遺産を歩く旅だった。



私の辿った熊野古道は 16 世紀の「清良記」(土居清良・伊予の武将)に、天正元年(1573年)父の菩提を弔うために高野山を経て熊野三山に参詣し、伊勢に向かったことが記されている。小辺路は毎日、薄峠(1070m)、伯母子岳(1344m)、三浦峠(1080m)、果無峠(1114m)を越えなければならず、さらに発達した低気圧に遭遇して、雨模様で崖の道は崩れ、石畳の道は滑り難儀した。残念ながら期待していた伯母子岳や果無峠からの紀伊半島の深い山並みも望めなかった。天気が回復し始めた4日目、5:30に起き、天候を見る。雨は夜中、強く多量に降ったようだが、今は上がっている。朝食を済ませ、7時前に出発できる。濁流の熊野川に架かる柳本橋を渡り、去来の句碑を通り、果無集落へのきつい登りを行う。石畳が濡れ、歩き辛いがストックを頼りに1時間登ると果無集落に着く。振り返ると十津川温泉の景色が美しい。集落は朝早く、誰も外にいないが桜やツツジ、石楠花が咲き、旅人を歓迎するように水の補給が有り、休息できる軒下は掃き清められていた。

果無は 石楠花も咲く 情け里

冷たい水を補給して果無峠への登りに取り掛かる。観音堂までの70分の登り道には多くの観音様が安置され、疲れが溜る頃に現れ、拜んで小休止を取らせてくれる。

11時に果無峠に到着する。雨が落ちてきたが、雨具を着るほどではない。残念なのは霧や雲に隠れ山並みがまったく見えないことだ。三十丁石、七色分岐までの3kmは石畳と木の根が濡れ、滑り易く、転ばないように神経を使う。



- 果無峠から十津川村 -

十津川は歴史的に興味深い村です。司馬遼太郎著「街道をゆく 12 巻」では十津川について、十津川と言う地名の意味はおそらく「遠つ川」であろう。「吾妻鏡」では、源頼朝が義経の追捕を出した時の「是ヨリ遠津河ニ送り奉ラント欲ス、彼所ハ人馬不通ノ深山ナリ」とあり遠尾津河などとも書かれた。故事には神武天皇東征のヤタ鳥(全日本サッカーチームの三本脚のカラスで熊野神社の守り神)と大和への道案内、「壬申の乱」では天武天皇を吉野から脱出させ、「平家物語」ではその舞台となり、「平治の乱」では後醍醐天皇の南朝側に兵を送った。これらの功績により十津川は租税・年貢を免除されてきた。秀吉の太閤検地では石高「千石」とされたが、それも耕作地は村の2%に満たない山間地で年貢が取れるような作物は出来ず、免税は続いた。「大阪冬の陣」には徳川方に出兵して功績を上げ、徳川幕府も年貢の免除を継承し、天領として五条代官所の管理下で「十津川郷土」となった。明治維新には天誅組の騒動が起こり、御所護衛のため京都に十津川屋敷を設け、常時五百名の郷土を派遣していた。また、司馬遼太郎著「竜馬がいく」では、「私は十津川郷の者だが、坂本先生はご在宅か」と下僕を安心させ、坂本竜馬と中岡慎太郎の暗殺が描かれ、十津川郷土が尊王派であることが分かる。さらに、明治政府が樹立後、官軍として奥州まで転戦した記録がある。熊野川の中州にあった旧熊野本宮大社が破壊された明治22年の集中豪雨では、村の至る所で大規模土砂崩落という大災害により600戸、2600名が故郷を捨てて北海道へ移住するという出来事が起こった。その開拓地には新十津川町と言う地名が残っている。村長を中心にして、合議制による共同体の利益を重んじた自治が図られ、深い

峡谷の続く十津川には共和国のような制度が村を存続するには必要なだろう。今でも幾つもの鉄線のつり橋が架けられ、それらは村民自らが建設資金を出して築いた必要不可欠なインフラであり、村の資産となっている。3年前にも台風により熊野川が大氾濫して大変な被害が出た。私が泊まった民宿の食堂にも腰のあたりまで達する洪水の跡が残っていたし、水防ダムの修繕や熊野川の浚渫工事はまだ続いていた。熊野古道は10年前に世界遺産になっているが、実際に歩いてみると、小辺路の熊野古道を維持するのは大変なことだと実感した。



- 熊野本宮大社 -

小辺路を過ぎ、中辺路を歩く頃には天気も回復して、五月晴れとなりました。小雲取越は比較的楽なコースです。松畑茶屋跡まで上りが続き60分、すぐ伊勢路と別れる万才峠分岐。30分ぐらい上りが続き百間倉へ到着する。ここからの奥熊野の山々の景観が素晴らしい。

初蟬や 熊野を 渡る 風緩む

次の日の大雲取越コースは厳しい。苔むした円座（わろうだ）石を過ぎ、楠久保旅籠跡まで上りが続く。870mの越前峠まで700mの登りはきつい。石倉峠を越え、地藏茶屋跡に到着する。船見峠に出て、熊野灘の美しい風景を拝める。茶屋跡の東屋で弁当のメハリすし（塩漬けにした高菜を巻いたおにぎり）が美味い。後は下り道となり、登立茶屋跡、那智高原休憩所を通過する。



■ 百間倉からの奥熊野の山々 -

物故した縁者や知人が白装束姿で現れるのを目撃すると
の言い伝えがあり、民俗学の南方熊楠も体験した「亡者

の坂」では、私は亡き知人には逢わなかった。那智大社には青岸渡寺の鐘楼横から入る。日本一の落差133mの那智大滝は左奥に有る。これで約100kmの熊野古道歩きは終了した。

高野より 那智に辿れば 五月晴れ

「熊野詣」の歴史は古い。最初、平安時代後期から鎌倉時代初めにかけて皇族や公家・武家が参拝した。これは紀伊路や伊勢路から御簾などに乗り、行列を作り熊野本宮大社へ、熊野川を船で下って熊野速玉大社に、ついで陸路で熊野那智大社に詣でてから帰参するルートのようなものです。中世における雲取越えは派生ルートとして位置づけられるが、西国三十三所が定着する室町時代以降には、これをめぐる巡礼者や旅人が盛んに往来する主要ルートとなっています。いわゆる「蟻の熊野詣」は近世に入ってからで、旅籠や茶店ができたとあります。今は古道の各所に名前だけが残っています。熊野巡礼は哲学者梅原猛先生の「草木国土悉皆（しっかい）成仏」の思想に通じる。それは、生きとし生けるものはもちろん、草や木にも国土にまで仏性が宿ると考える日本人の知恵で我が国古来の神道と大乘仏教が融合した日本独特の仏教思想とある。現代よりも自然の脅威をありのままに受け止め、自然に寄り添うように生きなければならなかった民衆の神仏にすがる想いが「熊野詣」に繋がり、熊野古道が完成されたように思われた。



- 那智大滝 -

アメリカ紀行(その 4-最終章)

櫻田 晃 (会員番号 35)

運転手兼ガイドさんは、広島県出身の中年の日本の方でした。ツアーの集合場所は、サンフランシスコ繁華街にあるホテルの脇で、そこを起点に近くのホテルに宿泊している参加者を拾い集め、朝 7 時過ぎにヨセミテ国立公園に向け出発しました。

サンフランシスコからヨセミテまでは片道 296km あり、約 4 時間の車の旅でした。この間、運転手さんはほとんどしゃべりっぱなしでした。アメリカに渡ったいきさつや当初の苦労話をはじめ、アメリカの車のプレートナンバーの見分け方、独自に考えたという気温の華氏から摂氏への換算法、サンフランシスコや道々通る町の歴史や産業のこと、アメリカ西部開拓の話、インディアンが白人に追われた歴史などなど、なかなか聞き応えのあるお話でした。

サンフランシスコは、歌にもあるように霧が発生しやすいことで有名です。出発の頃は、やはり霧がかかっている、長袖がないと耐えられないくらいの気温でしたが、一時間ちょっと走ったところにある丘陵地帯を越えると「その霧がうそのように消える」と運転手さんが言ったとおり、一転カリフォルニアの暑い日差しが肌を刺すようになりました。(下の写真) また、その丘に当たる強い海風を利用して、30 年前に設置した 4500 基もの風車で今でも発電しているとのことでした。



- 4500 基あるといわれる 30 年前の風車 -

ツアー客は、運転手さんの軽妙なお話を聞きながら、車窓の景色を楽しんだりおしゃべりをしながら、まだ見ぬヨセミテへの期待を膨らませているようでした。途中、道端に広がるオレンジ畑やアーモンド畑などはどれもスケールが大きく日本との違いを感じました。運転手さんの休憩を兼ねて立ち寄ったカリフォルニア特産品店では、皆さんお土産選びを楽しんでいました。

さて、いよいよヨセミテ国立公園が近くなると道幅が狭くなり、カーブも多くなってきました。公園入り口には、管理所があり入園料を徴収されます。運転手さんの説明によれば、白人に支配されるまでのこの地はアメリカインディアンが支配し、その後はメキシコ人が多く住

んでいたとのことでした。なるほど、「マリポサ」など周辺の町の名前にその名残を感じさせました。



- 「トンネルビュー」(上) とハーフドーム (下) -

今回は、ヨセミテを代表するトンネルビューや巨大岩エルキャピタン、ハーフドームなどなどごく一部の観光でしたが、その大自然に圧倒されました。また、動物たちも、川で水遊びをする人々や近づく人間を気にもかけない様子で悠然としていたのが印象的でした。(写真)



- 野生の鹿は人に慣れっこ? -

最後に

娘がアメリカ人と結婚したことから実現した今回のアメリカ行。これから長きに渡って娘が住むことになるアメリカという国に短期間で滞在し、その人々、文化、自然などに触れることができ、ほんの少しですが理解することができてとてもよい旅でした。

終わり

大先輩 新貝先生を偲んで

長谷川 武 (会員番号 3)

9月26日が命日である。職場の先輩でもあった第九代神奈川県放射線技師会会長であった新貝友三郎先生の一周忌法要が、昨年の9月13日に行われましたが、自分は新潟に出掛けており参加できなかった。しかし、一週間遅れて新貝宅の仏壇に合掌させていただきました。

昨年の9月26日に91歳で、結核を患ってこの世を去ったのですが、79歳まで「動けるうちは働く」と言って、海軍で鍛えた先輩らしき生き方でした。

奥様と故人の昔話に、放射線技師会の事務所や金集めの四方山話等が出て、技師会の組織活動の為に誠心誠意奮闘してくれた面影を偲びました。また、先輩を支えた奥様からの愛を込めたサービスや、株投資の話しなどまで盛り上がりました。

気がついたら、故人の写真の前で、4時間半も二人で喋り込んでしまいました。

奥様は84歳ながら大変元気で、10歳は若く見えます。早朝のラジオ体操とウォーキングで鍛えているそうです。また、山岳仲間との交流もあり、旅の写真を

メールするのが大好きだと張り切っていました。

亡き先輩は、夫婦旅行は行かなかったようで、奥様の嘆きでしたが、奥様の山登りや旅行には喜んで支援してくれたそうです。

奥様が所属する山岳会の「四季歩会創立30周年記念誌(2007.3)」を拝見させて頂き、亡き先輩が「美味しい水」にこだわりながら、「水割りは“山の水”に限る」と言いながら、晩酌を楽しんでいたことを知りました。

奥様は四季歩会に入って30年程経つようですが、北海道・東北・北ア・南ア・中アなどの全国の山々から持ち帰った「夫へのプレゼント＝“美味しい山の水”」に、先輩ご夫婦の「思いやりのある絆」を感じました。

先輩は、全国の“美味しい水”を家に居ながらにして、奥様の愛情を水割りにし、酒の肴にして楽しんでいたのです。全国の名の知れた“高山の美味しい水”を飲むのが、幸せだったのですね。

奥様が「四季歩会創立30周年記念誌(2007.3)」に投稿した「山からの水」を紹介させて頂き、新貝先生の一周忌を偲んでの供養とさせていただきます。……合掌

「四季歩会創立30周年記念誌(2007.3)」より 山からの水

新貝 香代子

山からの帰途、「新貝さん、水だよー」と声がかかる。早速美味しい水を水筒一杯に汲む。お陰で軽くなったリュックもずしりと重い、この水を背負って横浜に帰るのである。

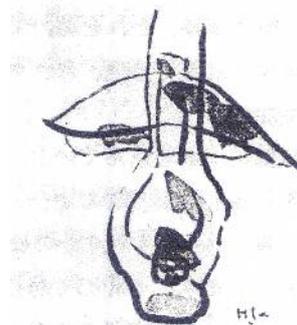
この水は夫へのプレゼントである。泊の時はそれにお米の水がつく、山から帰って渋り勝ちの夫の顔も水を見ると次第にほころぶから不思議である。入浴もそこそこに好きな肴をつつきながら「この水は甘い、何処の水？」といいながら水割りで2、3日掛けて大切に飲みつくしてくれる。

夫は、北は北海道の山、利尻岳から羊蹄山まで10山近く、東北、北ア、南ア、中ア、西は開聞岳の山々の水までを、飲みつくした事になる。考えてみれば夫は2~3000m級の“最高に美味しい水”を居ながらにして飲みつくした幸せな人である。

北海道の水には「狐のオシッコが入っているかな？」と言ってもなんのその。

現在の彼はその為か至極健康である。特にH婦人は、この水は次の山に続く大切な水と、最高の協力者である。

四季歩会に入って早や20年、長らくお世話になりました。もう歳も限界かなとおもいつつも若い心優しい友にたすけられながら、もう少し山人生を続けられたら幸せと思うこの頃である。



四季歩会創立30周年記念誌(2007.3)より



みんなの広場

■平成 27 年度 神奈川放友会総会日程と会場

日時 平成 27 年 4 月 18 日 (土)
 12 : 15 ~ 13 : 00
 会場 かながわ県民センター 302 号室
 ・ [放談会] 同時開催 14 : 00 ~ 16 : 00
 ・ 会場未定 (県民センター近く検討)
 ・ 会費 3,500 円

■平成 26 年度秋の叙勲

齋藤 節さん 瑞宝双光章を受章

元横浜南共済病院技師長で会員番号 7 番の齋藤 節 (63)さんが、平成 26 年度秋の叙勲で瑞宝双光章を受章されました。受章おめでとうございます。

■法律改正はこれからです

造影剤の血管内投与・下部消化管検査業務

技師法第 24 条第 2 項の (1) の装置として、新たに「政令」に「核医学診断装置」の追加と健康診断として胸部 X 線撮影時の医師の立ち会いを求めない。改正が平成 26 年 6 月 18 日に成立し、25 日に公布されました。

1) 造影剤の血管内投与に関する業務 2) 下部消化管検査に関する業務の法律改正については、現在進行中で、改正されていません。(詳細は JART の HP を参照下さい。)

■ 南部地区放射線技師会

創立 25 周年記念大会を開催する

平成 26 年 12 月 6 日 (土) 横浜研修センターにおいて、横浜南部地区放射線技師会の「学術講演会と 25 周年記念祝賀会」を 60 名程の参加者を集めて開催した。

草柳伸彦会長のあいさつの後に感謝状授与式があり、会員の奥山清貴氏、太田守氏とメーカー会員の馬場健太郎氏の 3 人が、横浜南部地区放射線技師会に長年にわたり会運営に貢献してくれたことで感謝状が贈られた。

講演会は「畦元将吾語る」日本診療放射線技師会理事の畦元将吾氏の講演で、診療放射線技師法の改正について語られ、これまで 20 回の改正が行われてきたが、ごく最近では第 86 回通常国会で改正されて、平成 26 年 6 月 25 日法律 83 号で公布されたが、今後も技師法の改正が必要であることを述べていた。

25 周年記念祝賀会は会場を横浜テクノタワーに移して「グランドシャリオ」で行われた。祝賀会では弦楽アンサンブル音楽の森 (代表 : 小嶋昌光) による演奏があり、祝賀会場を盛り上げていた。

■ 健康のための水の飲み方 (厚労省 HP を参考)

人間の体は水分でできています。その体組成は、だいたいこども 80%、成人で 60%、老人で 50% です。

老化と体の水分量の減少は大きく関連しているようです。また、誰でも 4~5 日水を摂らなければ死に至ります。まさに水は命と言えます。今回は、健康のための水の飲み方を確認します。参考にして、実行してみてください。

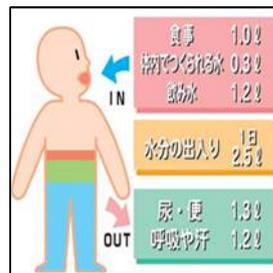
生きているだけで 2ℓ/日以上水分が体外へ出るので、バランスをとる為にそれ以上の水分が必要となります。

水分量が体重の 1~2% の欠乏で意識障害、5% の欠乏で体が動かなくなり、10% の欠乏で死に至るそうです。

高齢者は感覚機能が低下するために、喉の渴きを感じにくくて、そのために、脱水になりやすく、活動と意識が低下します。

”脱水傾向が慢性化してしまう状態こそ「ボケ」です。水を飲んで防ぎましょう “と力説している認知症治療で有名なお医者さんもおられます。体の中の水分が不足すると、熱中症、脳梗塞、心筋梗塞など、さまざまな健康障害のリスク要因となるのは間違いありません。

繰り返しますが、こまめに水を飲み、元気で健康に人生を楽しみましょう。



人体の水分組成

水の飲み方
こまめに水を飲む！特に
***寝る前・起床時**
***スポーツ中とその前後**
***入浴の前・後**
***のどが渇く前**

とても重要です！
アルコールは水ではない！

■ 4 月 12 日投票日は県議会議員選挙

本会は「あいはら康行」2 期目挑戦を推薦

4 月 12 日に行われる統一自治体選挙県議会議員選挙には、神奈川放友会は 2 期目の挑戦を予定している「あいはら康行」(横浜市旭区) 予定候補の推薦を、平成 26 年総会で確認し、昨年 10 月理事会でも推薦することを決めている。少子高齢化の進む中で福祉の充実、自治体財政のありよう等々、政務活動費や高齢者支援、消費者保護対策等に取り組んでいる。

編集後記

会員の近況を報告ください。

内容は自由です。ご協力ください。

【原稿送り先】 sakurada-houyu@hotmail.co.jp
 又は kojima-houyu@hotmail.co.jp