



## 選挙後国会議員賛同522名からスタート 12/6~7 国会議員要請行動

12月6~7日の2日間にわたり、「トンネルじん肺救済法」実現に向けた国会議員要請行動に取り組みました。



トンネルじん肺救済法を議員立法で通すには国会議員の賛同を得ておかねばなりません。

一昨年7月の参議院選挙で498名にまで後退した国会議員の賛同署名ですが、野党を中心とした働きかけの結果、577筆まで回復させました。与党公明党100%と民進党、共産党、自由党、社民党の野党4党が100%、維新93%（残2名）まで到達しましたが、9月に突然の衆議院解散で10月22日投票後の賛同数は522筆となりました。12月6~7日は総選挙後、はじめての国会議員要請となりました。

全国から100名ほどの原告や家族、県代表が上京し20組のグループとなって、議員の部屋を訪問してまわりました。

↓要請前には綿密な打ち合わせ



7日に愛知県在住の松田功議員、翌日8日は薬師寺みちよ議員より賛同署名が届きました。

全国では、衆議院議員の松田功議員（立憲民主党 比例／東海）、山本和嘉子議員（立憲民主党 比例／北信越）、高木錬太郎議員（立憲民主党 比例／北関東）、岡本章子議員（立憲民主党 比例／東北）、串田誠一議員（維新 比例／南関東）、長尾秀樹議員（立憲民主党 比例／近畿）、参議院議員の徳茂雅之議員（自民党 比例）、薬師寺道代議員（無所属 愛知）より、署名が届きました。

これにより、賛同議員数は、544人となりました。引き続き超党派での国会上程さらには制度創設まで追及していきます。

## これ以上悪くならないよう 体調を維持し 1年をふりかえり 楽しく忘年会

11月末に大会を終え、ほっとしたところで今年も残りわずか、1年の反省も兼ねて瀬戸市内にある料理店『華菱』において忘年会を行いました。

12月18日、昨年より参加者は少なくなりましたが、それでも10名が集まり食事をしながら楽しいひと時を過ごしました。参加者の中から「建交労に出会ったから認定されたと思っている。まだまだ管理区分があっても認定されていない人がいるよ」という声が聞かれ、組合員からの紹介をお願いしました。



### 新年のご挨拶



皆さん、新年あけましておめでとうございます。本年度も、執行委員長をすることになりました松原です。

愛知分会も高齢化で、年々不幸にして逝去される方が多くなり、組合員が減少傾向にあります。

組織拡大に向けて待ったなしです。今迄の活動のほかに、もっと効果的な活動がないか皆さんと知恵を出し合い、成果に結び付けたいと思っています。

組合員一人ひとりが危機感を持って、組合員増員に向けて日頃から情報収集に「目配り気配り」に心がけ、素晴らしい年になりますよう一致団結して頑張りましょう。

愛知分会 執行委員長 松原 義弘

## 寝たっきりにならないためにも身体を動かそう 100歳からでも 筋肉はつく

筋肉の量は加齢とともに減少します。普段からあまり運動をしない方の筋肉量は30歳頃から減り始め、1年間で約1%ずつ減少していくといわれています。60歳の方だと30歳の時より30%、70歳の方だと40%も筋肉量が減少することになります。筋肉が減少すると体にいろいろな症状が現れます。基礎代謝が低下したり、歩幅が小さくなり歩くのが遅くなったり姿勢が悪くなったりします。さらに減少すると、膝痛や腰痛にもなりやすくなります。みなさんの中にも心当たりの方があるでしょう。

また、筋肉の減少は血管や骨に対して外側からの圧が減るため、血流が悪化したり骨密度が小さくなることから、冷え症・疲れなどの症状がでやすくなる他、骨粗鬆症にもなりやすくなります。筋肉は脂肪を燃やす工場といわれています。

筋肉をつけ内蔵についての脂肪を燃やすと『糖尿病』『高脂血症』『高コレステロール』『アルツハイマー』『ガン』にも効果があるようです。

では、その大切な筋肉、どうやったら増やすことができるのでしょうか？筋肉を増やす方法は1つしかありません。それは「筋トレ」です。筋肉は100歳になっても付きます。今からでも遅くはありませんので始めてください。高齢者は下半身の筋トレが効果的といわれています。

椅子に座っていて片足ずつ上げ下げをする。スクワット（下半身の筋トレ）、つま先上げ、足のグー・パー運動など椅子につかまって無理のないよう、少しずつでも毎日続けてやってみましょう。



## ご案内

※ 第68回分会執行委員会 1月15日(月)  
瀬戸文化センター 32会議室 13:00~

## 写真・作品 投稿コーナー



左の写真は、村田さんのご家族の方から送っていただきました。三島のご自宅から初冬の富士山を撮影されたものです。真ん中の窪んだ所は宝永山と言います。

右の写真は、金谷一代さん作の『くす玉』です。

宝永山って？

宝永山は宝永4年の宝永大噴火で誕生した、富士山最大の側火山です。標高は2,693m。この宝永の大噴火以降は噴火していないため、この宝永山が富士山の最新の側火山になります。

- ・**療養アンケート** 全員提出となっておりますがまだの方があります。至急 送って下さい。
- ・**年次報告** 診断書ができ次第、コピーを事務所に送って下さい。
- ・**会館出資金** 1口1000円からご協力をお願いします。必要な時にいつでも解約できます。
- ・**火災共済** 2月が更新月となります。継続をお願いします。

組合員数

☆認定組合員数 **39**人

☆組合員総数 **41**人

## 2018年 1月の予定

- 1月6日 新春大学集会
- 8日 新春宣伝
- 11日 県本部 第5回常任委員会
- 13~14日 県本部 春闘討論集会
- 15日 分会 第68回執行委員会
- 28日 愛労連 臨時大会

