人間が健康に生きて行く為に137

食と健康

健康な体を作る、保つ上で重要になる

特に最近は、生活習慣病(日頃の生

活習慣が発症原因)になる人が急増中。

が、健康を保つ上で非常に重要です。

に重要な役割を担っている。

が高くなっている。

20 代男性 = 30%

女性 =

は肥満傾向が増加傾向。

全年齢性別平均 = 15%

女性は減少傾向も男性は増加

これらのポイントにいかに気を配るか

中でも『食生活』はガンの発症要因

となる35%に関連している(喫煙30)

とも言われており、健康を保つ上で特

糖尿病リスク高める朝食欠食が増加

傾向

どと深い関係があり、糖尿病のリスク

も高めとされる『朝食欠食』。しかし、

日本人の朝食欠食人口が年々増加して

おり、とりわけ20~30代で欠食率

2 0 %

『肥 満』は 万 病 のもと

あらゆる病気の原因となる肥満。

(20歳~60災の3人に1人)

性では、減少傾向にあるものの、男性

野菜摂取量、減少傾向

350グラム以上。しかし、どの年代

でもその目標値は達成されておらず、

そればかりか年々減少傾向にある。

日本人の野菜摂取量の目標値は1日

仕事の効率性、やる気(無気力)な

『食生活』『生活リズム』『環境』

第137号(P4)

日本の食の~現状~

『心』『運動習慣』。

際に地

のを

想定

阪

地

裁

と出主

設

(基計 の 基計 の 地 目 が

機 動のが

設 評

計 価

はさ

業

な

争

な

る

断を値揺耐点

が許やれ震は

6

みで計

口

を

(電力)

福島第

きまのなる。

の機

性井

巡お

りお

県

原

求 設 0

置許

発受にけ

も再

影稼

響働

がし

あたり他

そう

地震 ある の

に考慮されず

B

基準

地

に営年が関西

運転を始めた。4号機は93号機は93円が福井県お

9 1 水県 3 9 型 お

はまし17

取 判

消が

決

し確裁に

効す控

力る訴

決規発で、これを制生、これに

委し

16 V

貝

はなり

に持 電

た新可

(訴可国 森訟のに

鍵の取対

大飯原発3

**原発ゼロNO** 117

大飯原発3、4号の設置許可取り消し

大阪地裁判決、福井県などの住民ら勝訴

審査過程で要

許再

初

4

が確定が機は現り

稼改基場住期飯消のの 動め基場住期飯消のの

号 司

飯訴

8 機 よ

規 5 の る

論性告 関して認 電で認主

れ科

ない的

反 理

査

 $\mathcal{O}$ 

四電力大飯原発3、のため停止した。

لح 合

関西電

号

(福

妥のしれ震

の機

では認められていた。 の、 も 4 準 1 2 た。 では認められていた。

0

おし、かなされ

たっぱんの かっの値値

れ

規制

委 摘

発設置許可なるというであり、

可を取

原れ発

な数

乗

指せ

発た事東

消のさ原

妥 可

れ 別 起 国 番 指 目 側

審指す側査標断は

考の地

`てな引

制

委

員会

審査

に合

会 基 万 5

月

ア原子力のに新規

せ計受

算

は考める

切で面積

3 号 機は

機は今年7

뭉

司

11

した。

査 4 いでる 査法を表判法は号一示 委は上。 乗「機とさ地員、乗「を

耐てた動が政す

だや3は手て震な数を

定期

会

方の公府る結

、な法い調方値公審

一かど規

当

判置の

。の設

し規欠「出た制落看し

力規適いる」がた

過つ

民 検

側査

よ 勝

り 訴 停

が確定に中だ

しが

て正設動3状な原と定は、な

と告評さ最4

大のな側価れ大号に

外にはの はの が基準

飯 新 3 規

請機施

年 査

審

大 設 査 に 子 力 の 耐 震 不 力

が

側を 消と会ぐい

決取あ

の 行 1

を大の

可備規設井

いな震

制をお

17 審 後 3

, 誤 い

合

る

直

稼 改 震

耐

委

準

許

口

平地過

がある。 なる過ごこ

月に合. 規制

建交労鉄道

## 岩手地本

てデ

ン

マ

守 で

で 者

でた

ŧ

ŧ

制

対

策

に

政

府

政

は

真

剣

取

1)

組

ま

 $\mathcal{O}$ 

理

由

は

玉

て 27

大

め染

感 恐

ろ

l

独気に

自温約

水上度

便

1月16日 2021年 NO 137号 発行責任者 須藤清成

をクい でがク まけ

いコ

すナ数

感が

染 増

者え

をて

抑い

制る

し様

な子

限す

りが

IJIJ

ンン

ピピ

る 始構代けめ本

クク た日開開日 催催本る にでののは残 生は政ニ難 策 き な 7 = いるく が Ì とカロ 丰 -スを 見 月 人

こと と カち世な 掲 載 な毎 がは代い日ま口者 す を める 書 必叡をで見 き要智 育 居 7 まなをてまい けの しの出な すま たでは合限何が れ原 は稿 無いりれ 幸を ま 玉 にコ か次はせ口 世持 思 代 続 、感 つがでコ染

ま

のうすれの感抑

玉 問す ツッ

て生き口者

なナ数

いのを

るで染制

盛 盛 水 い 1 盛 産わ月 民 岡 岡 わ月 月 岡 会 て 31 会 地 館 館労日 口日 会 春 連 闘 18 議第 大 13 力 54 時 室 21 ル 会 15 回 30

評 分

議

4 市地 3 0 福 域 日 祉 1 会 4 館 総 時 0 会 議室

# Ł J

過

3.

っでデ年岩年ズ岩 え早 年 ŧ  $\mathcal{O}$ 旧 な が り ま 東 Щ た 町 た  $\mathcal{O}$ で ク 在 住 環 境 活

動

家ケ

ンジ

ス

\*

2 本 22

委

員

会

表

者

会

議

本 回

知

お

元

気

催

し る

ま

た O

 $\Diamond$ 2

代 春

表 闘

会 針

議を

者 方

を 確 開立

時

10 時

月

6

日

 $\overset{\pm}{\smile}$ 

手 の迎 気 子 報 を ま す い 日 が 続 き 雪 が 降 0 て W

の1.5 う 温  $\mathcal{O}$ 0 ど雪 ま な  $\mathcal{O}$ 冬 る 様 子

を

害昇上 予は昇 2 定 0 L 2 て地 0 以は で (も 1 触 れ ま 4 し年 た開暖 が 始 デ 2 ン番 マ目過 1 12 ク温し のかて 年いい 間年ま 気です 温あ はっ2 1 た 0 8 L 2 7 5 0 4 で年 年すは カン 今 風 7

策と 後 して継ぎ 堤 続 伝 焼する いまといませ 念 き 昇 まの

のい人 抑程は 防 優 秀 しも と僕 け 自 は 建る 分 見て ち 11 は 計を ま 優 画 9。れ を頭 コ て置 V 口 る ナ 2 感 は 0 低 染 6 地 問 言 5 に 題 年 住 ŧ が 世 言 完む 成人 界 をた 目ち 指は 発 が し海 生 行 水 動の 民デ動 を上 のシカ 開 生マーお 始に

☆ 東出号テ場13日

題本者 は執 21 行 春部 闘 方

議日席室

所 階会議 室 0 1 シ

### 16 30 分ま = ツ で

良

たことも多い刺激を与

だっ

め

ること」

イ

ス

シ

彐

Ž

を 目 11

本

テ (嫌れ

ッ述

。それを目れ

0

な

「 み

なで

考えよ

わは

れる。

変

に記さい、社会のを露出させ、社会の

**ょこと、明るいでき** その他にも、不幸 が起きた年だった。

を露出させ、

「正月のたわごと」

イスショッ

を

受けとめ

る

H**年** 

い事

が方

んで、パンデした1年だっ

世の中に

が

悶々と た。

ンでの

優勝インタ

マスクに

スの厄災によ

つだった。

全米才

口

言動もそ

る構造的な不平等が、今の世界に存在がで、パンデミック

「あなたが受け取っ問われた彼女は、

問

込めたメッ ビューで、 至

福の

多の里

8 3 7

X

忠雄

るは

る。そのことを楽しはない。ただ山にいりを踏むことだけで

佐ル今12

最 15

後 日

ジ 時

彐 30

フ

持

ち

りい石

が

10 気

ケ月ぶ

 $\mathcal{O}$ 

イ分、

登 年 月

須藤  $\mathcal{O}$ 9

·藤谷·

に入る目的はピー

## 2021年1月16日 明等申 今回の 設や輸送体系の変更によれている。現代でコンテナ列車において ンテナナ 3 月 列車の新において 輸送を支える要員の開業の確保であり、 配 置の め て 事

2021年3 提案・説明 1について、提21年3月ダ

向上の取り組みを進め、え、生産性向上や収益性減少に働き方改革を踏ま 済影響や国内労働人口の日本のでは、新型コロナウ田盛な区間への輸送力配田盛な区間への輸送力配田を進め、新型コロナウの野を中心とした需要のの23」に基づき、成長の23」に基づき、成長の クループ中期経営計画2「改正」は、「JR貨物 営資源を有 見直 :効活用する を考 慮 列車の見直しや曜日休止るものの、収益性の低いる収入効果を見込んでい 事業の黒字な口が減少して 列車の拡大によ

黒字確保は厳し

十人員の見直シニア社員

かにされた

築を提案 あった列 築を 改正と っお と、列車の安全・安定け最大限に取り組むこを行い、収入の拡大ににあった列車体系の構にあった列車体系の構め、対象をは、お客様のニーでものが、対象をは、お客様のニーをが、対象をは、お客様のニーをは、対象をは、 わ 列車体系の構成のニーズに る を得ま せ 地 2 ての ま 職場もあり、 3含めた基準-が必要。 影響も深刻な

交渉の席上、いく 解明等を申し入り n

**要員不足** ၈ 解消を

事態となっていた。 抑制や特休の買上がな要員不足によりな 担が 員の るなど、 \*大き 増によ 特休の 安全な 現 くなっているり正社員の 場で います。 のかねな の の エが発生の 生物の

確保は厳、

し鉄

い道

り列車

止いい

抑な

確保と教育が必要であ迂回ルートや輸送機材 送に大き 迂回ルートや輸送機材の定される自然災害に備え 考え 年 7 に大きな影響を受けま方を中心に鉄道貨物輸年7月豪雨により九州年7月豪雨により九州財響も深刻なものとなっ 当組合は今後も想 である機材

誠意を 解明も 等 あ :交渉を開

入記れに

れ た

答

回答 は文書で回

効 い効 な収支 収支の見 33 でにいてい 改 果など ます。こ見の を 明具収ん改

に明らかにされたる数を支社別・欠に、新規採用者数 数を明らかにするととれたる要員計画及び列車を2.ダイヤ「改正」にな 成運た計転、 計画を明らかにされた転士及びDL転換の業工をの21年度の新規 年度ごと つ数と退職 た養規 も本お

拡大を行 のダ のか明られ で行っていな益性の低 「改正」 か合る止い

備 ・ 波

準

列車の見直していれて、収力 が を行っていく 3. る 割 鉄 の を 道

> 確 か送 模災害に備え

る のシ 基準 で現り 社員 在

会社や国へな対応が出 線区の乗り 必要で れたい 状況と今後のスケジュ移転について、現時点 -や輸送に を明らかにさ 仙台 災害 輸送 貨 、の調整を測ない入れなど柔な れたい。 ーのル

止け

二種免許に関わる要品で、迂回・ 返保員ル大 ら客軟 上がの 当 向

解決していくのか明らか をしての「構造的矛盾」 としての「構造的矛盾」 としての「構造的矛盾」 をしての「構造的矛盾」 をしての「構造のであり貨 物会社独自では解決でき ない課題です。今後この ような問題をどのように ヨ組合が再三指摘 1向にある線路使用料イヤ設定の問題、増 さ れ 用してい 増加傾

不可欠です 八員の見 動要員 予備率を開発員の配置に を増とし、 員は、 直 をさ 明は

 $\mathcal{O}$ と雪の着い 巨岩に張り着く らぎとプチ ところで深 木の枝 苔と白 全員がそろっ 雪の着いた無数 上を見上げる 渓流の 一)、 氷柱、 せ沢 1 緑 を せ とが で

ホワイト・ツリー

という女性陣の声に幻想的な光景だった 押さ して降り注ぐ粉雪 れて軽快に進む た そ

佐々

木 (ふ)

き

な

そ

な

な

を 沢 から尾根に登る の雪の きらも見ること いまの着いた

> 任記 ジ ョ

1

フル

念に山頂

すことにし

な

が奮い

り 初

建交労鉄道岩手地本新聞

稜

平い

て

る

( 笹 本

に ス 4

風

入る

と新雪に獣

獣林の道

足

が続く。

は 跡

林道の期

発 山

私 出

にんだろうか?」 いだ。 「近道でもず

لح 来

発した佐藤会長が翌四口を30分遅れで30分遅れで30分遅れで30分遅れで30分遅れで30分遅れで30分岐から深沢ココ

登

年齢に合わない

スピ

たちに追

11

0

11

た。

は山に対して心を と感じられるとき、

度

 $\mathcal{O}$ 

虫壁

間

を要し

た。

口

の 滝 がう

着

ま

・ツリ

 $\mathcal{O}$ 

案内板あ

できた。

5

細

 $\mathcal{O}$ 

5

5 長は氷点下

々木

(£

藤谷

歩行

まく

な年になるだろうか。 もしれない らこそ必要なことか こういった時代だか ろそかになって さて、 カン ŧ コ 今年はど 口 禍で いた。 お

世界中 無し」  $\mathcal{O}$ 名 人々がよ 啄木

が隠れて しかし、 しかし、

した?」と応じた。したかった。重要なが考えるきっかけにいった。重要ないで「みんないで」のはないで、「なんないで、「なんない」と応じた。

元 日の

「何となく あるごとし。 晴れて風 今年は

 $\mathcal{O}$ 

の終ラ 

の旬蛙の 独り言

とのたまうの 学術会議目障りだ、 は菅総理 う るさ · 学者 は黙ら

古くは秦の それなら歴史を振り返って見てみよう 始皇帝、 焚書坑儒で学者を殺 書 物を焼 いて歴史に悪名

昭和に入って京大滝 川事 天 皇機関説 2

権力者が 学者 戦後になって吉田茂首相 を嫌うとき、  $\mathcal{O}$ それは権力者が自信を無く 「曲学阿世」 東大 総長南原繁が憎 した時だ カュ

秋田 阿倍・菅と卑 П 、奴ら  $\mathcal{O}$ さばれど民は迷わ ぬ夜明け アを 止 は近 大阪 都 構

た民の力 を

年金者組合大宮支部報 に投 稿中 Ν 9 2

a T

焚書坑儒 始 皇 帝 C 2

秦

曲学阿世 天皇機関説事 京都大学滝川 幸辰事 美 大教授 濃部 件 達吉 1 B 9 3 面講 3 1 9 和 論 茂

松岡洋右 東亜全局  $\mathcal{O}$ 動 揺

南原繁東

全

田

1

9

担保できる要は保するためには にされたい 材の は 2021年度の輸送 2021年度の輸送 6 安 全 ・ めには、安全・安定輸送を

員と 置

急登で靴が雪でスリ か前進で たり さ 頂上 で Ŕ カコ  $\lambda$ ま  $\mathcal{O}$ ツ 5 ル さら感を味わいかった。新雪の 5 くなるほどの 14時に登山口着。 冷気だっ から

びターンとなっ を思い出し、 を思い出し、 を思い出し、 対して心を開くこと 葉を借りれば「山に た。 とので、 はAと判 ないで、 たら健康診断 飲めると思 ができた山行」 佐藤会長はやはり早 美味 と判定さ む びことができ 料定されてい た。肝機能 さらに美味 さらに美味が であっ なが さら  $\mathcal{O}$ 

