



本地手岩

2021年 7月16日
NO 143号
発行責任者
須藤清成

八幡平で組織勉強会

新型コロナ発生が盛岡市内の飲食店でクラスター発生し、市内での飲食を控え、一年以上もメール・電話での連絡でした。が、6月7日コロナ対策をしている八幡平ハイツで岩手地本職場集会を開催しま

した。

参加者は、3人でしたがホテル側はが用意してくれた部屋はソーシャル・ディスタンスして広い。話題になつたのはコロナ対策は、ワクチン接種は各自で申込んで自分の時間

仙台の森さんから電話があり新しい情報を持ち入れて上司と懇談、自分の考えを上司に伝え今の仕事をすることにした。組合の大切さを再確認した。

組織拡大は難しい問題であるが、暫く外出しての飲みはしていなかつたのでゆつたりとした美味しい酒を味わいました。帰りは、地域振興券でお土産を買い解散でした。

◇薬剤の空間噴霧はしない。コロナを無毒化する薬剤は人にも害がある。とくに人のいる場所では絶対に噴霧してはならない。家の窓など2方向（対角線）で1時間に2～3回こまめに換気。

免疫力の向上

◇十分な睡眠、適度な運動、バランスの良い食事で免疫力アップ。

お知らせ
条改憲NO！ 政治の私物化許さない！憲法をいかした政治を！

人間が健康に生きて行く為に 153

**腸が脳を
コントールする
物忘れ、うつ、発達障害とも関連**

脳がストレスを感じると、腸に影響し
腹痛や下痢などの消化器系症状が現れることが
知られています。

逆に、腸は脳の健康に大きく左右していることがわかりました。

ビフィズス菌などの善玉菌の摂取で腸内環境が改善すると脳が反応して認知機能も改善することが科学的に証明されたのです。

子どもの発達障害、うつ、物忘れなども腸を改善することで軽快したことが報告されています。新たにわかった腸の重要性と腸を元気にする食材や食事について紹介します。

1. 肉をとりすぎない
 2. たんぱく質は 魚と大豆製品を中心に
肉類の脂肪は、腸の炎症や肥満に関与する悪
玉菌を増やしも反対に魚油は肥満の予防にな
り関与する腸内細菌と乳酸菌を増やす。
 3. たんぱく質は 消化しやすくして食べる
 - ▶ 細かくなるまでよく噛んで食べる
 - ▶ 塩麹やしょうゆ麹に一晩漬ける
 4. オリゴ糖をとる
オリゴ糖は善玉菌のエサになる
 - ▶ オリゴ糖が多い食品
ゴボウ・タマネギ・納豆・アスパラガス・
ニンニク・バナナなど
 5. 植物繊維は 多様な食材から

- ▶ 植物繊維には多様な種類があり、さまざまな食材から摂取することで、より効果が得られる。穀類・豆類・芋類・野菜・果物・海藻類・きのこ類などからまんべんなくとる。

6. オリーブオイルをとる
オリーブオイルに含まれるオレイン酸が腸を
刺激し、排便を促します

一日に大さじ1～2を目安にサラダ炒めもの
7. 植物性の発酵食品を毎日とる

しょうゆ、納豆、糖漬け、麹など伝統的な発酵食品は、植物性の有用菌が多く含まれています。

食べもの通信 7月号より

原発ゼロNO 122

原発 海水の海洋放出方針を決定 (

タンクが満杯になる「燃料云々ブリ800トナ
具体策これから

ためのスペースを空けることが大きな理由です。でも、総量800トン程度といわれる燃料デブリは極めて高線量で、取り出しができるのかわかつていません。いつたい取り出した後の置き場所などつくれるのかと東電に聞くと、「具体的な検討はこれから」ということです。

外の原発からも放出されていると強調していくましたが、そもそもトリチウムの総量規制がなく、原発ごとに基準が違うことや、「京」単位のトリチウムを放出する再処理工場は基準さえないことを皆指摘してきました。

いるトリチウム以外の放射性物質は2次処理し基準を下回るようになります。以上といつています。以上ことから海洋に放出するのは「汚染水」ではなくと政府は言い逃してますが、最後まで監視する必要があるのは言うでもありません。

流さぬ立場で知見集め

一問題の解決にはどうすればいいですか。

高橋 何より海に流れない立場に立って、科学的知見を集めて対応することで、新たな道も決ると思います。40年間にタンクも建て替え

くてはいけないこともあります。その際に型のタンクにするとかトリチウムの分離技術開発なども時間をかけられます。

国会では漁民の声を弁していました。

高橋　2月に宮城県新しい新地町沖でクロソという魚から国基準の倍のセシウムが見つかり驚きました。事故から0年にもなるのに、福県の漁師は原因を突きめてほしいと言つています。被害の実態が正確知られていないことがあるのではないでしようか

菅義偉首相は、福島の復興なくして日本の復興なしと。私は国会で、漁師をしたいとう息子のいる漁師の言葉を伝え、「若い人たちが引き継いでいけなければ、復興なんてありえない。若い人に漁師を続けてもよいと言えますか」と求めたのに、首相から答えは最後までりませんでした。船を出してこそ漁師です。賠償では後継ぎはできません。政治の転換を強く思います。

◆人の流れが増す
と新型コロナウイ
ルス感染は拡がる。
結果、死者も増え
る。だから、感染
症から命を守るた
めには人流を極力
抑えること。東京
五輪は無観客で開
催しても人流が必
ず増え、当然に死
者も増える。一以
上は小生のぼんく
りに増えるだろう。
◆それでもなぜ五
いる一泊54万円の
スイートルームを

◆人の流れが増す
ら頭でも分かる。
◆政府など5者は、
上限を設け「有觀
客」で東京五輪を開
催すると決めた。

7月のたわごと
「感染力実証実験五輪」
細川忠雄

6月12日、斎藤潤・
日出欣一さんと一年
振りの焼石岳に行つ
て来ました。昨年は6時ヒメカ
ユ集合で中沼コース
の駐車場が満車で、10
つぶ沼から登山、10
時間も歩き疲れまし
たので、今年は30分
早めの集合でしたが、
頃から多くの高山植
物が次々と花を咲か
せる。ことに山頂直
下の姥石平は、貴重
な湿性植物のあるお
花畠として有名で花
の100名山です。渓谷や湖沼、など様々
な景色を楽しめます
し、生育する高山植
物は300以上とい
われており、植生も
多彩です。

カラマツ林の急坂を
中沼登山口から、
村の選手に用意し
組織委員会が選手
を使いたいためか。
◆平和の祭典とい
うべきだ。

◆平和の祭典とい
うなものだ。その
終(ご臨終)させ

百花繚乱の焼石岳登山

須藤清成



岩の間から冷たい水
が湧く銀名水に着く。
ここから何箇所か
残雪が有ったが今年
は雪の量が少ない。
登山道の道脇には、
チングルマやイワカ
ガミ・シラネアオイ
などが咲いている。
ミヤマナラやミネザ
クラなどの低木帯を
登り、横岳、焼石岳、
東焼石岳に囲まれた
台地状の姥石平に出
る。

姥石平付近はハク
サンイチゲのお花畠
が咲き乱れ、白
い花の中にミヤ
マシオガマとユ
キワリコザクラ
のピンク色が目
立つ。
ヒナザクラや
ハクサンイチゲ
の咲くお花畠を
今年も楽しんだ。



ハクサンイチゲのお花畠

会社名	回答日	支払い月数	平均支払額	支払日	昨年夏	昨年冬	備考欄
北海道	6/21	1. 60	410,748	7/2	1. 79	1. 77	基賃金256,718円 社員数6,330人
東日本	6/10	2. 00	661,600	6/29 +5000円	2. 40 2. 20	基賃金330,797円 社員数49,000人	
東 海	3/18	2. 20	715,440	6/30	2. 95	2. 20	35歳ポイント 基賃金256,718円
西日本	4/9	1. 30 +3万円	402,619 +3万円	2/29	2. 69	1. 50	基賃金309,707円 (春闘痔)
四 国	4/9	1. 61	397,968	7/2	2. 29	1. 75	春闘時回答
九 州	6/8	1. 25			2. 48	1. 20	
貨 物	6/17	1. 77	491,991	7/16	1. 75	1. 60	基賃金277,961円 社員数 5,453人



リニア建設より大井川の「命の水」を守る

静岡県知事選・川勝平太知事が勝利!

リニア中央新幹線について鉄道本部は「リニアの必要性」や「環境破壊」など、様々な問題があることから建設に反対してきました。現在、建設工事をめぐっては、静岡県・川勝平太知事が「リニア工事による大井川の流量減少」を問題としたことから工事がストップ。昨年7月にはリニアを所管する国土交通省の次官が県知事に直接、準備工事の着工を認めるよう提案したものの決裂しています。

こうした中で、6月20日を投票日とする静岡県知事選が行われました。リニア問題など県政運営をたびたび批判してきた自民党は、川勝氏の対立候補としてリニア事業を所管する国土交通省副大臣の岩井茂樹氏（自民党参院議員）を擁立しました。知事選最中の6月、静岡新聞社が「知事に最も力を入れてほしい政策・課題」について電話世論調査を行った結果、第1位が「コロナ対策」（28.8%）、第2位に「リニア中央新幹線の水問題」（20.1%）、以下、「防災対策」、「医療・福祉」の回答となっており、静岡県民のリニア問題に対する注目度の高さを示しました。

選挙戦を通じ、岩井氏はリニア問題を「争点」にすることを避けたのに対し、川島氏はリニア中央新幹線建設について「水の問題は地球全体の問題、南アルプス・大井川の水を守れるのか託されている。水量減少を許さず流域62万人の『命の水』を守る。しっかりと解決、道筋を付ける」、「徹底的に科学的、工学的議論をする」とのべ、静岡工区の早期着工を認めない姿勢を示しました。結果は現職の川勝氏が95万7239票を獲得し、岩井氏に33万票余の大差を付け4期目の当選を果たしました。川勝知事の再選は、リニア問題に対する民意を明らかにし、大井川を守ろうとする県民の勝利です。また、リニア計画の中止・見直しを求める私たちの運動にも勇気を与えてくれました。

いの旬蛙の独り言 24
コロナそんなにこわいのか
コロナコロナと騒いでいるが
コロナが出てているのはごく一部
県内分布をみてみれば
東京に近いところばかり
しかも特定の機関や施設
罹つてもほとんど死なずに
何日かすれば治つてしまふ
それをやらずにワクチン押し付け
発生個所も経路もわかる
検査・調査をきちんとやれば
何年もかかる開発期間を
無視して市民をモルモット代わりに
製薬企業・政府・マスコミの罪は深い
井上 駿

(東海鉄道本部ニュースNo.92参照)

2012年夏季一時金JR各社回答状況