



建交労鉄道 岩手地本

2022年3月16日
NO 151号
発行責任者
須藤清成



22春闘貨物本社前抗議行動



北海道鉄道本部の取り組み

3月10日春闘勝利！全国統一行動日に呼応したJR北海道鉄道本部の取り組みは、札幌地区労連が札幌駅南口広場で昼休みに開催した「3・10全国統一行動」に組合員11名で参加し、午後からは建交労春闘チラシを折り込んだポケットティッシュの配布をおこない、ロシアによるウクライナ侵襲に抗議するアクションとして鉄道本部組合員の反戦への思いを書き込んだメッセージボードを掲げ11名の仲間たちでアピールしました。

交通共闘第33回総会
2月25日(金) 14時～17時総会は、オンライン会議形式にて開催しました。バス運転士などの運送業界で働く人の労働ルールを定めた「改善基準告示」の見直し議論が厚生労働省で行われている。勤務終了から翌日の勤務までの「休息」時間を現行の8時間から9時間にするか、11時間に拡大するかが争点。厚生省は11時間に拡大を提案。経営側が「9時間案」を提出。これに労組代表が基本的に受け入れる姿勢を示していて、3月がヤマ場。参加者から「休息」11時間が必要。「9時間じゃ不足」健康被害も、との意見が出されました。

だれもが8時間働けば安心して暮らせる賃金
JR貨物は、3年前に評価制度を取り入れた新人事制度を導入しましたが、子育て支援といいつ

多くの若年社員が会社を辞めていく深刻な状況となっています。次々とする災害にそなえて、鉄道ネットワークの維持・拡充をはかること。輸送力確保に向けて体制を確立すること。そのために安全・安心をささげる労働者の待遇改善に向けて努力することを、強く訴えま

2月25日(金) 14時～17時総会は、オンライン会議形式にて開催しました。バス運転士などの運送業界で働く人の労働ルールを定めた「改善基準告示」の見直し議論が厚生労働省で行われている。勤務終了から翌日の勤務までの「休息」時間を現行の8時間から9時間にするか、11時間に拡大するかが争点。厚生省は11時間に拡大を提案。経営側が「9時間案」を提出。これに労組代表が基本的に受け入れる姿勢を示していて、3月がヤマ場。参加者から「休息」11時間が必要。「9時間じゃ不足」健康被害も、との意見が出されました。

多くの若年社員が会社を辞めていく深刻な状況となっています。次々とする災害にそなえて、鉄道ネットワークの維持・拡充をはかること。輸送力確保に向けて体制を確立すること。そのために安全・安心をささげる労働者の待遇改善に向けて努力することを、強く訴えま

22春闘 貨物本社前抗議行動

建交労鉄道本部は22春闘で大幅賃金引き上げをはじめ労働条件改善をもとめてJR貨物本社前にて全国統一行動を決起しました。

安全・安心をささげる労働者の待遇改善

鉄道貨物輸送は、この国の経済を支える物流手段であるとともに、環境にやさしい大量輸送ができることからも、なくてはならない存在です。3・11東日本大震災から11年が経ちました。あのときオイルタンク車をつなげて、いち早く被災地に物資を届けたように、災害時に輸送力を発揮するこ

多くの若年社員が会社を辞めていく深刻な状況となっています。次々とする災害にそなえて、鉄道ネットワークの維持・拡充をはかること。輸送力確保に向けて体制を確立すること。そのために安全・安心をささげる労働者の待遇改善に向けて努力することを、強く訴えま

お知らせ
9条改憲NO! 「全国市民アクション岩手の会」画上映会
都鳥伸也監督ドキュメンタリー映画
「戦争の足跡を追って」北上・和賀の十五年戦争」
日時 2022年3月27日
①10時②14時
北上平和記念館
展示館の川島茂裕氏によるトーク実施場 所 アイーナ7階
小田島組☆ほる
前売券・500円(当日700円)
※ 大学生以下無料



お知らせ
9条改憲NO! 「全国市民アクション岩手の会」画上映会
都鳥伸也監督ドキュメンタリー映画
「戦争の足跡を追って」北上・和賀の十五年戦争」
日時 2022年3月27日
①10時②14時
北上平和記念館
展示館の川島茂裕氏によるトーク実施場 所 アイーナ7階
小田島組☆ほる
前売券・500円(当日700円)
※ 大学生以下無料

人間が健康に生きて行く為に161

不足しがちなカルシウム 牛乳より吸収率高い野菜や大豆製品

(東京医療保険大学 細田明美)

カルシウムは、現代日本人にとって、特に不足しがちな栄養素です。まず、カルシウムの摂取目安ですが、厚生労働省の「日本人の食事摂取基準(2020年度版)成人男性一日750mg、成人女性一日650mgとなっています。

しかし、実際の摂取量は2019年の「国民健康・栄養調査」によると、摂取量に対する充足率は7割前後と低く、明らかに足りていません。その背景として、高校進学に給食で毎日摂取していた牛乳がなくなることが、15歳以降に摂取量が低下する原因として報告されています。さらに、15歳以降の摂取量は不足状態のまま、更年期を迎えるまで続いています。

生命維持に不可欠な栄養素不足は骨粗鬆症の原因に
カルシウムは骨や歯の校正構成成分であるだけでなく、細胞内の情報伝達物質としての役割や、血液凝固、筋肉収縮、酵素の活性化などにも関与し、生命維持に不可欠な栄養素です。骨にはカルシウムの貯蔵庫としての役割もあり、ホルモンの作用によって骨中のカルシウムの出し入れ(骨吸収と骨形成)がおこなわれています。

カルシウムの摂取不足は、骨粗しょう症や骨折のリスクを高めている一因にもなっています。骨粗しょう症予防には、カルシウムの蓄積量が最大となる成長期(10歳～14歳)カルシウムをしっかり摂取し、最大骨量をより高めることが大切です。特に女性は、閉経を境に骨量減少が顕著になることがわかっています。

また、若年女性における「やせ願望」がもたらす不適切なダイエットで骨量が減少し、カルシウムをはじめとする栄養不足がかんれんしていることが報告されています。

吸収率を高めて 一緒に取ると良い栄養素
カルシウムは体に吸収されにくい性質があります。そのため、吸収を高めてくれるビタミンDや、骨を沈着するのを助けるビタミンKを多く含む食品(納豆など)を、一緒に摂取することがポイントです。

アブラナ科の野菜、大豆食品、漁獲類の吸収率にも注目!
牛乳・乳製品はカルシウム含量が多く、吸収率が高く、牛乳以外のカルシウムは腸管以外で十分吸収されない、と言われてきました。しかし、カブの葉、大根の葉、コマツナなどのアブラナ科の野菜や大豆製品は、牛乳よりカルシウム吸収率が高く、又、魚介類はほぼ同程度の吸収率であることがわかりました。

カルシウムを野菜や大豆製品、魚介類から摂取することは、効率よくカルシウムを吸収し、最大骨量も高めてくれる可能性があるでしょう。

原発ゼロNO 131

「ロンドン条約」と「ロンドン議定書」NO3

汚染水の海洋放出は世界の海を脅威にさらす
太平洋への放射能汚染水放出に反対する理由は、技術的にも、放射線に関する点からいっても、数多くあります。私たちはそれらを報告し、調査を続けています。

福島第一原発沖で海底の放射線調査を行うグリーンピースの放射線専門家(2016年3月)は、(2016年3月)に汚染水の海洋放出は、海洋環境や私たちの暮らしに根本的な影響を与えます。今世紀、気候変動や生物多様性の危機など、世界の海は最も深刻な脅

威にさらされています。そんな中、どの国の政府であれ、明確な代替案があるにもかかわらず、最もコストがかからない選択肢だからといって、意図的に太平洋を放射能で汚染するという決定は、誤っています。

日本政府の計画には、多くの法的な問題があります。韓国、中国、北太平洋島嶼国など、影響を受ける沿岸国との協議を怠っているばかりか、環境影響評価を実施していません。

日本政府は、自国の水域からの汚染が公海や他国に波及する恐れがあるにもかかわらず、第一原発の汚染水問題について日本政府に質問し、グリーンピースの核問題

グリーンピース・東アジア シニア核問題スペシャリスト1990年に懸念の声を真摯に向き合え。
グリーン・ハーニー
グリーンピース・東アジア シニア核問題スペシャリスト1990年に懸念の声を真摯に向き合え。
*「廃棄物その他の物の投棄による海洋汚染の防止に関する条約」(通称「ロンドン条約」)
担当となる。東アジア地域の核政策、とくに核燃料サイクル問題や原子力発電所の安全性問題について詳しい。25年以上、日本の核政策をめぐるキャンペーンに関わってきた。2000年8月から2001年3月まで東京電力福島原発MOX燃料装荷差し止め裁判に関わった。2011年以降、東京電力福島原発の放射線調査や、欧州の老朽化原発、日本の再稼働の問題にも取り組む。

3・2 建交労中央行動 国土交通省交渉

3月2日建交労中央行動に参加し、午後から国土交通省に対し、旅客会社とのダイヤ調整の問題、線路使用料の問題など、JR貨物会社が抱える「構造問題の解消」について、JR北海道に對する国からの支援強化を軸に雪害対策や経営安定基金運用益を安定させるための措置、新幹線札幌延伸により並行在来線となる函館本線山線(小樽-長万部間)の有効活用、そして歯止めが掛からない早期退職問題で意見交換をおこないました。

国土省の担当者 「人材は「スト」ではなく「資産」だ」

JR貨物会社は資産である人材を簡単に手放してしまいませんか。人材は「スト」ではなく「資産」だ。JR貨物会社は資産である人材を簡単に手放してしまいませんか。人材は「スト」ではなく「資産」だ。

人権侵害

貨物会社は株式上場をめざして様々な改革をすすめるためには、その原動力となる社員の待遇改善を柱に、働きつづけることができる将来展望を示して、社員を高めることではないでしょうか。近年、歯止めがかからない若年労働者の早期



とても苦労しているわけですが、これももし女性の運転士だったらどうなのか！視点を変えればこれほどの人権侵害はありません。また男だから良いというわけでもありません。

JR北海道経営安定基金運用益

利率の減少により基金を設けた機能(収益調整処置)が果たされていないことは共有できており、今般の支え対応など鉄道運輸機構による対策は講じられていくが会社発足から約20年間は運用益が半減となっても特段の対応が取られなかったことからJR北海道は経費削減で難局を乗り越えようとしたが、列車の更新や軌道の整備が後回しとなったことにより石勝線での特急列車脱線火災事故や大沼での貨物列車脱線という重大事故が連続

いの旬蛙の独り言32
ミャンマー国軍1000人以上の人殺し
平和なデモに 車をつっ込む
若い女性を 後ろから銃撃
平和を大事にする仏教国だったのに
これを赦している日本の政府
ミャンマーで稼いでいる日本の企業
大・中・小合わせて500社に上る
仕掛けは政府資金の国際協力ODA
キリンビールをはじめどの社もグズグズ
きつぱり手を切ろうとしない
在日ミャンマー人は大使館前で抗議
できることから応援しよう

井上 駿

感動と癒しの七滝氷像ツアー
細川忠雄

シユツ、クイツ、ズボツ。2月6日。スキー、スノーシュー、ツポ足とバラエティな足下の人たちが期待を胸に秘め向かう。この日の七滝氷像は、透き通るような青い巨体に白く薄い衣をはおり、迫力とともに美しくかった。対照的に体内を流れる透明の血液はこう



ど八幡平周辺で寒さをしのいで暮らす民をしのいで暮らす民へ神様からのご褒美

かもしれない。いや、遠く気仙沼から参加の潤ちゃんたちにはもっと大きなご褒美だったと思う。この日はスキークラブジョイフルの18人に他のクラブなどからも合流した。その中に高校の同級生もいて約半世紀ぶりに会え、嬉しかった。

「随想」 安ヶ平文(あや)

しんと降り雪の朝の静けさは、はかなく美しい周りの景色はみるみるモノトーンに染まってくその中を真紅のコートと鮮やかな傘をさして歩いてみる自分がかうれしい
まるで私の中にまだ純情な小さな女の子が住んでいるかのように
白い息がそのまま積もるかのようになりに雪があたりを染めていくいつもワクワクすることを思い描いて
キラキラした目で世界を見続けていければ
その心の輝きは美しさになって顔に表れる
若さは年齢ではない。年齢は阻害要素にはならないいつも向上心を持っていければ、いつでも輝いていられるのです
そしておしゃべりは女性を輝かせる力があるのです
美しく輝いて見える人は
これまで歩んできた人生の経験と授かった知恵がその人のオーラになったものだと思うのです
「健康をつくる」「平和をつくる」「命輝く社会をつくる」私は一人の働く女性としてこの三つを目標に生きてきました
何歳になっても花のように美しく、
賢く、強く、豊かに、健やかに
はじける笑顔で生きていきたい。
もうすぐ春はそこに来ていて...
冬の眠りから目覚め手足を伸ばすようにつぼみがゆっくり花ひら

あと少しで春が来る。でも今年は一足早く心の中に春が訪れた。本号に記載の安ヶ平さんの「随想」に出会ったからだ。前向きな文書に刺激され励まされている。

サミエル・ウルマンは書籍で「年を重ねただけで人を重ねただけで人

は老けない。理想を失うときに初めて老いが来る。歳月は皮膚のしわを増すが、情熱を失う時に精神はしぼむ。人は信念と共に若く、疑惑と共に老ゆる。人は自信と共に若く、恐

3月のたわひや

細川忠雄

は、今月また一つ年を重ねる。よいしよと声をあげ頑張らなければ。



怖と共に老ゆる。希望ある限り若く、失望と共に老い朽ちる」と名言を遺した。ほんくらの小生の歌声お姉さんの生き方と共通している。と、勝手に思っ

