



建交労鉄道 岩手地本

2023年1月16日
NO 161号
発行責任者
須藤清成

戦争できる国にはしない。平和憲法を守りう



執行部一同

23春闘で生活できる賃上げを勝ちとろう
新春
開けましておめでとうございます

年賀状が届いた一枚を紹介します。

新春にあたり貴台のご健勝をお祈ります。忌中ご挨拶を頂いた方々にも私見をお届けしたいのです。無作法をお許しください。
ウクライナのことを思うにつけて、とても「おめでとう」とは言えない世の中です。ゼレンスキイがZATO加盟をやめればブーチンは停戦する可能性がありますが、ゼレンスキイにそれをさせない米欧も罪深い。特にアメリカは他国の内紛に介入した数々の前科ある国ですから。それに付けてもこわいのは台湾有事に発する米中戦です。習近平が台湾を武力侵攻すればアメリカも武力でそれを抑えるかかる。その時日本にある米軍基地も使われ、自衛隊も協力せられる。日本に日本は絶対に武力を使わず平和憲法を守ると改めて世界に宣言し、米軍の軍事行動には協力しないことです。そのためには自民・公明・維新の好戦勢力に退いてもらわねばならない。今年は地方選挙があります。平和を守る党に一票を。

お知らせ	
1月26日	ローカルユニオン盛岡地域支部定期大会
1月29日	県民会館 18時15分分 4F会議室
1月31日	盛岡駅前（いこい）17時30分
2月2日	建交労鉄道盛岡地方本部 旗開き
2月4日（土）	いわて労連第55回評議委員会 18時15分分 4F会議室
2月4日（土）	北区東十条ふれあい会館 13時10分～16時30分まで
2月4日（土）	第24回地本代表者会議（東日本本部委員会）
2月4日（土）	盛岡地区春闘共闘年次総会
2月4日（土）	県民会館 18時15分分
2月4日（土）	場所未定 18時15分分

人間が健康に生きて行く為に161

すごい！免疫力のスイッチを押す発酵食品発行学者 小泉武夫

免疫力を高める 最強の三つの発酵食品

新型コロナで免疫力が注目されています。効果的な食べ物は

● みそ 広島大学医学部・順天堂大学・東京医科大学で、みそは免疫力活性が非常に強いと発表。

● キムチ 韓国ではキムチを専門に研究する国立の「世界キムチ研究所」がキムチの七つの効用を発表。そのうちの一つが免疫力で、その効果は抜群に強いと発表している。

● 納豆 発酵菌が一定量占めると、いくら腐敗菌や病原菌をやってきても排除する性質があります。たとえば乳酸菌は、酸性が非常に強い乳酸を作って備えます。そういう意味で、納豆菌が最強です。

この三つが、三大免疫力強化の発行食品です。われわれが日ごろ食べているものが、ものすごく免疫力を高めます。

キムチを刻んで納豆に入れてかき混ぜ、ご飯にかける。みそ汁の中に刻んだ納豆を入れて食べるがおすすめ。

一番安いコロナ対策。

なぜ発酵食品が免疫力を強くするか

発酵食品だけでなく、植物繊維も重要です。日本人は、世界の民族の中で最もベジタリアン（採食主義）に近い。食事に植物繊維がとても多く、免疫力を高めていると。それは腸を刺激するからです。

植物繊維は人の体では分解できません。繊維が小腸を通過するときに、「この免疫細胞を作れ」と信号を出しています。しかも発酵食品の乳酸菌や麹菌も同じく免疫細胞を作るスイッチを押していることがわかりました。今世界的には免疫の面から「もっと日本型の食生活にするべきだ」と行っています。

甘酒は「現代の点滴」総合栄養剤

米のでんぶんは麹菌のでんぶん分解酵素で分解され、ブドウ糖が出来ます。その甘酒を分析。ビタミンB1.B2.B6、パントテン酸、イノシトール、ビオチンと、人間が必要なビタミン類がみんな入っています。

もう一つの特徴は、アミノ酸が多いこと。米に麹菌が入るとたんぱく質が分解してアミノ酸になるわけです。甘酒はブドウ糖の溶液、総合ビタミン溶液、総合アミノ酸溶液。完璧な現代の点滴です。

スタミナ食「みそ汁」。みそ汁の中に豆腐を入れ、納豆を叩いた引き割りナットを入れてかき回し最後に油揚げを千切りにして上にバーとかける。たんぱく質が豊富で、すばらしいスタミナ食。大豆のたんぱく質は肉に並ぶ良質なたんぱく。まさに「肉汁」です。

発酵食品を小さいうちから食べ慣れさせておけば、日本人は絶対に体が強くなります。「免役食事＝和食型の食生活」発酵食品はとくに子どもに効く。

実態を反映してい
ない政府の試算
試算をまとめたもので
原子力は1円当たり
5.3円と他の電力より安
くなっている。この5.3
円が以後原子力のコス
トは安いという根拠と
して世間に流布され
いくことになる。

5.3円と他の電力より安
くなっている。この5.3
円が以後原子力のコス
ト比較だ。しかし、
この資料では原発の稼
働率が60%を割ると石
炭火力やLNG火力よ
りコストが高くなると
明確に書かれているの
だが、そのことは一
切触れられず「5.3円」
でも使われ、「原
電単価を算出した実態
を含めた実態を反映
した数字」だ。

07年までの平均をみ
る07年までの平均をみ
た電力9社の電源別発
電単価を算出した実態
を含めた実態を反映
した数字」だ。

1970年から20
07年までの平均をみ
た電力9社の電源別発
電単価を算出した実態
を含めた実態を反映
した数字」だ。

比例して増えている
つまり「揚水発電は原
発の必需品」と考え
れば、発電コストも「原
電のコストは今後さ
らに膨らむ恐れがある」
ことだ。それは「バッ
クエンンド」つまり使用
済み核燃料の取扱いで、
存在していた。

使用済み核燃料の処
理においては、放射性
廃棄物の処理・貯蔵・
処分やMOX燃料の全量
再処理する方針を掲げ
ており、09年から再処理して抽出し
たMOX燃料（混合
酸化物燃料）を軽水炉
でブルサームが始まっ
ていている。

現在は再処理を英國
やフランスに委託して
いるが、最終的には國
内で全量再処理する計
画である。これが負担する
費用を電気料金に上乗せし
て徴収され、それを誰が負担する
のかだが、実際にには「
バックエンンド」の試算をベ
スに06年から記載から計算
した1世帯当たりの負担額
は07年で240円になる。

「原発は安い」は破綻！ 増え続
ける使用済み核燃料再処理費用
大島堅一・立命館大学教授

高い発電コスト
実態は火力より

り現実に近いコストを
知るために、年度ごと
の「有価証券報告書総
覧」で公表されるデー
タをもとに、原発をも
つ電力9社の電源別発
電単価を算出した実態
を含めた実態を反映
した数字」だ。

余剰電力で水を汲み上
げておき必要に応じて
そのまま落とさせて發
電する「揚水発電が付
けられ、それが「原
電のコストは今後さ
らに膨らむ恐れがある」
ことだ。それは「バッ
クエンンド」つまり使用
済み核燃料の取扱いで、
存在していた。

現在は再処理を英國
やフランスに委託して
いるが、最終的には國
内で全量再処理する計
画である。これが負担する
費用を電気料金に上乗せし
て徴収され、それを誰が負担する
のかだが、実際にには「
バックエンンド」の試算をベ
スに06年から記載から計算
した1世帯当たりの負担額
は07年で240円になる。

六ヶ所再処理工場を40
年動かすとして、建設・
操業・廃止を含めた
合資源エネルギー調査
会に報告された数字だ。
うか。04年に政府の總
務省はこのバッ
クエンンドの費用がかかるのだろう
と「再処理によって使
用済み核燃料に含まれ
るブルタウムとウラ
ニウムを抽出して再活用す
る「核燃料サイクル」
の2つがある。日本は
火力よりもコスト高に
なる。

発と揚水を合わせて考
えるのが適切」ではな
い。それとも「再処理によつて使
用済み核燃料に含まれ
るブルタウムとウラ
ニウムを抽出して再活用す
る「核燃料サイクル」
の2つがある。日本は
火力よりもコスト高に
なる。

2023年3月ダイヤ「改正」提案

今回のダイヤ「改正」では、上越線や中央線が災害等で不通になつた際の迂回輸送のダイヤ設定を行なっています。これまで当組合は大規模災害に備えた迂回ルートの確保の重要性を指摘してきたことであり、引き続き他の線区においても迂回輸送の設定を行い迂回ルートの拡充を図ることが必要である。

申し入れ

1. ダイヤ「改正」の改正効果として、約20億円を見込んでい。収入効果、減収効果など收支の見通しを明らかにする。

2. ダイヤ「改正」における要員計画及び列車本数を明らかに見直しや曜日休止列車の拡大を行なう。車の拡大を行なう車の拡大を行なうとします。

3. フィーダー輸送を機材の導入計画を実現する。不採算列車の統廃合を行なっていくの効果など收支の見通しを明らかにする。

4. 2023年度の輸送機材の導入計画を明らかにする。

5. 安全・安定輸送を確保するためには、安全を担保できる要員の配置、予備率を明らかにすること。

6. 災害異常時における巡回輸送のダイヤ設定を行なうとともに、運転士の線路見習の教育を明らかにすること。

7. 2021年12月28日に発生した山陽線瀬野駅～八本松駅間で発生した貨物列車脱線事故では「へん積」が問題となつている。具体的な対策を明らかにすること。

8. 仙台貨物ターミナル移転について、現行規則を明らかにすること。

9. 災害時等における貨物列車の長時間の滞留による「第二種鉄道事業者」としての「構造的矛盾」に起因する問題、増加傾向にある線路使用料は、当組合が再三指摘している「第二種鉄道事業者」としての「構造的矛盾」に起因するものであり貨物会社も迂回輸送独自では解決できない。



地球環境破壊がどれだけ深刻化を考える

山スキー・ハイキングにペットボトルは止めて

田畠 健



と「つぶやき」

細川 忠雄

この数年、年賀状には一年の抱負を添えてきた。いつも同じで「今年もう小さな幸せを大切に暮らしたいと思います」だった。なぜだらうか、幸せは辛いより棒が一本多い。アサガオ開花の仕組みを知って、ほんくら頭流に分かつた。アサガオの蕾は朝の光によって開くのではなく、開花には光やあたたかい温

繰り返しやつてくる。辛い苦しみを経験しない人は幸福を実感できな

いと思う。この棒は苦し

まだ苦しみを喜びに変えられなくとも、目の前に小さな幸せがあるはずだ。見逃がすこと



マイボトル持参でプラスチックの規制など対策は

自然に分解しないプラスチックをクジラが食べて死ぬなど、激増するプラスチックを与えています。レジ袋の有料化や、プラス製のスプーンやフォークの規制など対策は

マイボトル持参でプラスチックの規制など対策は

自然に分解しないプラスチックをクジラが食べて死ぬなど、激増するプラスチックを与えています。レジ袋の有料化や、プラス製のスプーンやフォークの規制など対策は

3つのプラスチックゴミ問題って

山スキー・ハイキングにペットボトルは止めて

田畠 健

取り始められていましたが、気候危機を特に意識する山スキーに意を用いています。山スキーにペットボトルの使用は止めて、マイボトル持参でプラスチックを減らすことを訴えます。

マイボトル持参でプラスチックを減らすことを訴えます。山スキーとして、環境改善に出来ることから取り組みましょう。今後その他の線区においても迂回輸送

11月22日の交渉で定は若年退職に歯止めをかける施策の一環でもあり、正規社員と同等の労働力を有する労使は、安全無くして安全運送は確保され

1.68ヶ月分の有額回答が示されました。私たちの要求とは隔たりが大きくエルダー社員への特段の手立てが何一つないものでした。プレスが国土交通大臣に質問した際の回答を引用しながら「収入の安

1.68ヶ月の前進回答はされましたがエルダー社員への手立てが示されず、寒冷地手当が支給されないエルダー社員の実情を訴えました。エルダー

1.68ヶ月の前進回答はされましたがエルダー社員への手立てが示されず、寒冷地手当が支給されないエルダー社員の実情を訴えました。エルダー

1.68ヶ月の前進回答はされましたがエルダー社員への手立てが示されず、寒冷地手当が支給されないエルダー社員の実情を訴えました。エルダー

1.68ヶ月の前進回答はされましたがエルダー社員への手立てが示されず、寒冷地手当が支給されないエルダー社員の実情を訴えました。エルダー

1.68ヶ月の前進回答はされましたがエルダー社員への手立てが示されず、寒冷地手当が支給されないエルダー社員の実情を訴えました。エルダー



その一つとして、山スキーにペットボトルの使用は止めて、マイボトル持参でプラスチックを減らすことを訴えます。

日本でのペットボトルの出荷本数は年間233億本(2020年度)で、リサイクル率が88.5%といふから、毎年27億本以上のペットボトルが環境に流出し

度だけでは不十分で、それに先立つ夜の時間の冷たさと、闇の深さが不可欠なそうだ。せも同じではないだろうか。生きていると辛いこのぼんくらはある事で辛い日々が続いている。

みを苦しみだけに終わらせ、喜びに変えるための一本かもしれないと。今年も、そして、幸せは平和であつてのこと。その努力もしくいかなければならぬ。本紙前号の日出欣一さんの投稿に励まされた。

焼却と埋め立て設備が不足し、ゴミの処理が追いついていない問題です。オフィスや商業施設などから出る事業ゴミ(産廃系廃プラスチック)の一部を、発展途上国に輸出して処理を頼っているのが実情です。

マイクロプラスチック問題

マイクロプラスチック問題