



おにぎり通信

2017年8月5日 (土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷周辺と銀座、日比谷公園、東京駅

周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

今から約150年前の1868年の今日8月5日に、神奈川県が設置されました。

この時は、元号が慶応から明治に変わる混乱期で、おおよそ半年の間に、徳川幕府の神奈川奉行所から、横浜裁判所→神奈川裁判所→神奈川県とめまぐるしく名称が替わり、最終的に現在の神奈川県となりました。

ところで、何故「神奈川」という名前が選ばれたのでしょうか。神奈川湊（港）は、古くから海の交通拠点として存在し、その傍らの神奈川宿は、東海道五十三次の宿場として江戸時代に発展しました。当時、神奈川は県内でもっとも大きい都市でしたから、その都市名を冠した県名になったと言えます。

神奈川港は、日本開国の際、その玄関口の港（開港場）となるはずでした。ところが、神奈川は人家が多く、東海道筋で往来する人もあり、尊皇攘夷派から外国人を守るには警備しにくい場所のため、幕府は、三方を海で囲まれた小さな漁村だった横浜村を開港場としました。その結果、横浜港は海外貿易で大いに発展し、神奈川ではなく横浜が、神奈川県の中心になっていったのです。

☆7月24日（月）福祉行動報告

Aさん（40代）生活保護の件で、なんでも相談会に行かれました。

次回の福祉行動：8月7日（月）

東京駅丸の内南口地下に朝8時30分までに集合してください。車輪の前

に「おにぎり通信」を持った者が待機しますので、声をかけてください。病気や

ケガの治療を希望される方や体を休めたい方と一緒に「福祉事務所」まで同行します。

福祉行動は原則、毎週月曜日に行います。福祉行動は、参加される方が、ご自身の希望をご自身の言葉でハッキリと福祉事務所に伝えることで成り立ちます。

最寄の福祉事務所

中央区福祉事務所・・・中央区築地 1-1-1 中央区役所4階

千代田区福祉事務所・・・千代田区九段南1-2-1 3階

【南国の暑さ対策】

日本でも暑い日が続きますが、南の国の人たちは、年間を通じての暑さ、時には50℃近くになる中を過ごしています。こうした国々では、どのようにして暑さに対応をしているのでしょうか。

(タイ)

タイ人は暑い時期、一日に何回も水浴び（アープナム）をします。水浴びの後には、メンソールが入っている白いパウダーを全身にふりかけます。このパウダーは、体がひんやりして気分爽快になり、タイ人にとって必需品です。田舎に行くと、上半身裸・パウダーまみれで歩く姿も、しょっちゅう見かける光景のようです。そして昼よりも涼しくなる夜に活動します。街中で歩いている人の数は、昼間より夜の方が多いです。

(インド)

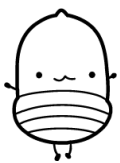
日焼けは体力を消耗させるため、肌を露出しないように、長袖・七分袖を着ている人が多いです。布で顔を覆う人もいます。湿度が日本よりも低いインドでは、体に日陰を作ることのできる服の方が暑さを感じにくいのもかもしれません。肌に密着せず通気性のあるものを着て、直射日光を避けます。

(フィリピン)

必要以上に動かずに体力を消耗させません。朝8時ぐらいから午後3時ぐらいの日差しの強い時間は、なるべく外に出ません。三輪タクシーの運転手たちも日中は昼寝していることも多く、声をかけても「今、昼寝中だから」と乗せてもらえないそうです。あとは味の濃い食事から塩分をとり、水分を飲み物だけではなく生野菜や果物からもとります。果物にもしばしば塩を付けて食べます。

(シンガポール)

東京23区とほぼ同じ面積と小さな国のシンガポールは、国全体で暑さ対策をしています。街は庇が発達していて、極力、炎天下を歩くことがないように作られています。また、蚊がいません。伝染病防止のため、水たまりを作らず、殺虫剤で蚊が発生しないようにする施策が徹底しているからです。窓を開け放しにしても蚊が入ってこず、緑の中を散歩しても刺されない生活が可能です。



おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せず、ゴミ箱に入れるなど、片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりは必ずその日のうちにお召し上り下さい。また、お1人1個でお願いします。

よつや なかま れんらくさき
四ツ谷おにぎり仲間 連絡先：080-7795-8535