



おにぎり通信

ねん がつ にち どよう よ や なかま
2018年1月27日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

わたし まいしゅうどようび よつ やしゅうへん ぎんざ ひびやこうえん とうきょうえき
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
しゅうへん せいかつ かたがた ほうもん
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。

がつ か おきなわ なは カンヒザクラ かい か おきなわ いま さむ
1月10日、沖縄の那覇で寒緋桜が開花しました。沖縄も今ごろが寒さのピーク
なのですが、ソメイヨシノの かい か ひつよう ていおん
開花に必要なほどに低温にはならないので、ソメイ
ヨシノは咲きません。ですから、おきなわ さくら カンヒザクラ
沖縄で桜といえば寒緋桜です。

カンヒザクラ
寒緋桜はソメイヨシノにくらべて花の色が濃く(緋色)、うつむ
か げん さ にほん もっと はや おとず はる ふうけい うめ
き加減に咲きます。日本で最も早く訪れる春の風景です。梅から
さくら とうきょう はや はる く
桜へと、東京にも早く春が来るといいですね。



がつ にち ふくしこうどうほうこく だい なん そうだんかい い
<1月15日 福祉行動報告> Aさん(50代)「何でも相談会」に行かれました。

じかい ふくしこうどう がつ にち げつ とうきょうえきまるのうちみなみぐち ちか あさ じ ぶん
次回の福祉行動：1月29日(月) 東京駅丸の内南口地下に朝8時30分

しゅうごう じょうききかんしゃ しゃりん てんじ まえ
までに集合してください。蒸気機関車の車輪が展示してある前に「おにぎり

つうしん もものたいき こえ びょういん い
通信」を持った者が待機していますので、声をおかけください。病院に行きた

かた からだ やす かた いっしょ ふくしじむしょ どうこう
い方や、体を休めたい方と一緒に「福祉事務所」まで、ボランティアが同行い

ふくしこうどう まいしゅうげつようび げつようび きゅうじつ ふくしこうどう
たします。福祉行動は毎週月曜日です(月曜日が休日のときは、福祉行動はお

やす ふくしこうどう さんか かた じしん きぼう
休みになります)。福祉行動は、参加されるそれぞれの方が、ご自身の希望をご

じしん ことば つた な た
自身の言葉でハッキリと伝えることにより成り立ちます。

もより ふくしじむしょ
最寄の福祉事務所

ちゅうおうくふくしじむしょ ちゅうおうくつきじ ちゅうおうくやくしょ かい
中央区福祉事務所・中央区築地 1-1-1 中央区役所 4階

ちよだくふくしじむしょ ちよだくくだんみなみ ちよだくやくしょ かい
千代田区福祉事務所・千代田区九段南 1-2-1 千代田区役所 3階

ほんとう けんこう
—— 本当の健康とは ——

さむ ひ つつ けんこう す
寒い日が続きます。みなさんは健康に過ごしていますか？

せ かい ほ けん き こう ダブルエイチオー こくれん せんもん き かん ぜんせかい ひとびと けんこう まも
さて、世界保健機構（WHO）という国連の専門機関があります。全世界の人々の健康を守るための活動を行っている団体です。この団体が、健康の三つの定義を次のように挙げています。

1. 身体的健康：病気や怪我がなく丈夫である。
2. 精神的健康：精神が安定し、前向きで、心のゆとりがある。
3. 社会的健康：学校・職場・家庭の人間関係や経済が満たされている。

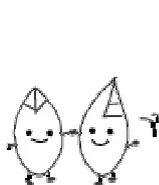
この三つです。しかし、1998年に世界保健機構の理事会で改正案が出されました。それは、もうひとつ④魂の健康（スピリチャル・ヘルス）を加えることでした。スピリチャルと言っても、宗教的なものではなく、人間の心の元になる部分を指しているようです。

けんこう にんげん
この健康とは、人間としてアイデンティティー（存在意義）が確立されているというものでした。「自分は何者か、どういう存在かを知り、他の人間も大切にすることです。この理事会では満場一致でこの新たな健康の定義が通りました。けれども、その後の総会では残念ながら通らなかつたそうです。日本では、昨年暮れに残念なニュースがありました。座間市で起きた異常な殺人事件や大企業の粉飾決算、鉄鋼製品の改竄などです。このような事件を聞くと、この日本に欠落しているものがまさにこの「魂の健康」であると感じます。人間の尊厳やアイデンティティー（存在意義）が欠落した不健康な者が増えているのではないのでしょうか。戦時中、ナチスドイツに追われて逃げる6千人のユダヤ人のために、外交官の杉原千畝が、日本政府の命令に反して日本の通過査証（ビザ）を発行したことがありました。困っている人の命を救うために、自分がクビになることを覚悟して行った勇気ある行為でした。

すぎはら じんどうじょう きよひ りゆう しっしょくかくご はつきゅう
杉原は、「人道上、どうしても拒否できない」という理由で、失職覚悟でビザを発給しつづけてきました。彼は、まさに人間としての尊厳や人として何をなすべきかという行動規範であるアイデンティティーを確立していたと思います。

かれ きこくご がいむしょう たいしょく せかいてき どうよう よ ろくせん いのち
彼は帰国後、外務省を退職しましたが、世界的には「東洋のシンドラ」と呼ばれる六千の命を救った偉人となりました。

みな こうどうきはん なん げんたいじん おお め
皆さんの行動規範であるアイデンティティーは何でしょうか。現代人の多くは、この4つ目の「魂の健康」が欠けているように思います。私も①身体的健康と④魂の健康の2つは、どうもあやしい状態です。杉原千畝のように、4つの健康を手に入れたいものです。



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に、ゴミ箱に入れるなどして片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりはかならずその日のうちにお召し上がり下さい。一人でも多くの方に召し上がっていただくため、おにぎりは一人一個でお願いいたします。

れんらくさき
四ツ谷おにぎり仲間 連絡先：080-7795-8535