



# おにぎり通信

2019年10月12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。

東京都は、9月26日にインフルエンザの流行開始を発表しました。これは、昨年より約3ヶ月早いです。いつもの年は、11月頃からインフルエンザにかかる人が増えはじめ、1~2月頃に患者数が最も多くなりますが、今年はとても早くにインフルエンザにかかる人が多くなっています。まだまだ暑いのに何故インフルエンザが流行るのでしょうか。1つの理由として、東南アジアの亜熱帯地方で流行ったインフルエンザが伝わってきていることが挙げられています。亜熱帯地方では、30度ぐらいの気温で、雨が多くて人が屋内に集まる時期に流行りやすく、東京の最近の気候はこれにあたります。インフルエンザの予防には、手洗いが効果的です。

☆9月30日(月) 福祉行動報告

Iさん(30代) 千代田福祉で生保を申請し、寮に入られました。

次回の福祉行動：10月15日(火)

※ 月曜日が祝日のため、火曜日となります。

東京駅丸の内南口地下に朝8時30分までに来てください。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「福祉事務所」に同行します。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

【お酒に強い人・弱い人・飲めない人】

世の中には、大きく分けて、お酒に強い人・弱い人・飲めない人の3種類がいます。日本人のうち、お酒に強い人が55%、弱い人が40%、飲めない人が5%ぐらいです。

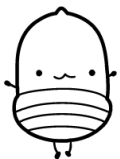
お酒に弱い人：ビール1杯ぐらいで顔が赤くなる人

飲めない人：ほんの少しのお酒で顔が赤くなり、ドキドキしたり、気分が悪くなったり、頭が痛くなったりする人

お酒に強い人：お酒に弱い・飲めない、に当てはまらない人

日本人などの黄色人種は、黒人・白人に比べてお酒に弱いと言われている。はるか昔、人類が三大人種（黒人、白人、黄色人種）に分かれた後、なぜか黄色人種の中で、お酒を飲んだ時に発生する有害物質アセトアルデヒドを分解する酵素が働かなくなってしまった人が現れ、時代を経るにつれ、黒人・白人の中にはいないお酒に弱い・飲めない人が次第に増えていきました。

お酒に弱い・飲めないというのは、生まれつきの遺伝によるものです。こういう人は、有害なアセトアルデヒドが体に残ってしまうため、少量のアルコールでも悪酔いしやすくなります。お酒が飲めない人は、お酒に強くなることはないのですが、お酒に弱い人は、悪酔いを乗り越えて鍛えれば、ある程度強くなります。ただ、体に毒であるアセトアルデヒドが残りやすいので、お酒をたくさん飲むとガンになる可能性が高いと言われています。お酒に強い人は、アセトアルデヒドがすぐに分解されるのは良いのですが、悪酔いしづらい分、ついつい飲み過ぎてしまう事になりがちです。



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。

四ツ谷おにぎり仲間 千代田区麴町6-5-1 聖イグナチオ教会  
連絡先 080-7967-8672 (連絡可能時間 毎週土曜日午後3時~6時)