



おにぎり通信

2022年5月14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、銀座、日比谷、秋葉原、日本橋、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。

大横綱の大鵬と千代の富士は、同じ5月14日に引退しています。大鵬の父親は、ウクライナ出身のコサック騎兵でしたが共産主義を嫌って樺太に亡命、日本人と結婚し、その末っ子が大鵬でした。

ロシアによるウクライナへの侵略が続いています。ロシアは、キーウにできたルーシという国がはじまりとされています。キーウは、現在のウクライナの首都です。ロシアにとって、ソビエト連邦時代の同土で、西側の砦で、国の起こりの聖地キーウのあるウクライナが、ヨーロッパにすり寄るのが許し難いのは分かりますが、戦争までしなくてもと思います。ロシアが戦争への抵抗感が小さい理由としては、「自分の財産や命は守られる。そのかわり他人の財産や命も守られないといけない。」という近代的な考え方に欠ける点が挙げられます。

☆福祉行動報告

Aさん(60代)新宿区で路上脱出を相談し、施設に入居しました。

福祉行動を希望の方は、おにぎりを配る時に、お声がけください。病院や生活相談等で、福祉事務所に行くことを希望される方は、おにぎりをお渡しに伺った際に声がけ下さい。毎週土曜日の訪問活動の時に声がけ頂いた場合、翌週以降に福祉事務所まで同行します。

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 千代田区役所3階



おにぎりを包むラップや読み終わった通信は、放置せずゴミ箱へ



おにぎりは、お1人1個で、その日のうちに召し上り下さい

【皮膚】

生き物は、毛や羽毛などで体を守っていますが、人間の皮膚はむき出しです。寒さや敵の攻撃に弱いはずなのに、何故でしょうか。

人類の肌から、ふさふさの毛が無くなったのは、100万年ぐらい前と言われます。その理由として、当時暮らしていたアフリカでの狩猟生活には、汗で体を冷やせるのが役立ったことが挙げられます。

また、肌でさまざまな情報を直接感知することが、生き残りのために効果的だったことも、理由として考えられます。目・耳・鼻だけでなく、肌で感じる情報を組み合わせることで、より敏感に周りの状況を把握し、獲物を探したり、危険を感じたりできます。

むき出しの皮膚の表面は、「角層」が守ります。角層は、死んだ細胞がレンガのように重なり、すき間をモルタルのように脂がしっかりと固めていて、外からばい菌が入る、水分が体から出て行く、といったことを防いでいます。角層は常に新しくなっており、古くなってはがれたものが、垢となります。角層の上は、毛穴から出た「皮脂」が膜のように覆い、肌を乾燥などから守っています。さらに、皮脂の膜の上には、たくさんの「菌」が住んでいます。菌の中でも善玉菌は、肌への有害な侵入者をやっつける、肌をしっとりさせるなどで、役に立ってくれます。

水虫の原因になるカビや、疥癬の原因になるダニなどは、毎日洗う流すのが病気の予防になります。一方で、ゴシゴシ洗って角層をはがしたり、石鹸などで洗いすぎて皮脂や善玉菌まで流れたりすると、皮膚の守りが弱くなるので、やりすぎは禁物です。なお、虫刺されのかゆみを抑えるには、水などで「冷やす」のが効果的です。かゆみ止めの薬に、スーッとする成分が入っているのもそのためです。



よつや なかま ちよだくこうじまち せい きょうかい
四ツ谷おにぎり仲間 千代田区麹町6-5-1 聖イグナチオ教会
れんらくさき れんらくかのうじかん まいしゅうどうようびごごじじ
連絡先 080-7967-8672 (連絡可能時間 毎週土曜日午後3時~6時)