





# 照る日曇る日

西成民主診療所 前所長 小児科医 大里 光伸

この連載も、はや1年、実は、密かに狙っていることがある。元理事長のがもう健さんの郷土史エッセーは、府会議員時代の政策ビラから始まり、機関紙「みらい」での、「びっくり史跡巡り」まで、30年、200回以上続いていたが、「がもう健を超えろ!」との気概だけはある(笑)。草稿を、がもう健さんに見せたところ、「着眼点がよるしい」と、お褒めの言葉を頂いた。

そこで、今回は意を強くし、「今昔堺物語」の続編を少々…

千利休に比べて、堺の商人の家で生まれた戦国大名小西行長の足跡はあまり知られていない。社会的弱者の救済にも尽力したとされる痕跡は何も残っていない。屋敷跡の標識も、幹線道路沿いにひっそりと行んでいるだけである(写真)。作家遠藤周作は「鉄の首枷(くびかせ)」で行長の評伝を書いた。遠藤も現在の堺に嫌悪感を隠さないが、わずかに北旅籠町の商家、旧堺港や南宗寺そばの環濠跡に面影が残っていると言う。

行長は、彼の一族の言わば「打算的」な思惑で、キリスト教の洗礼を受けた。のちに、秀吉の配下に入り、瀬戸内海の島々や、九州肥後半国の領主とな

る。その間に、熱心なキリシタン大名の高山右近とも昵懇になり、自身の信仰もより確かなものになったようだ。秀吉のキリシタン追放令の際には、高山右近を小豆島にかくまったりもした。やがて、朝鮮侵略である文禄・慶長の役では、その最前線に立たされた。ひいき目にみれば、行長自身は「和戦両面」のスタンスであり、太閤には面従腹背であったが、「和平工作」も秀吉の醜悪な野望の前では潰えざるをえなかった。秀吉子飼いの武将、加藤清正とも、全く反りが合わなかったようだ。

時は流れ、関ヶ原の戦い、行長は、家康に対抗して、石田三成に味方した。その動機は様々に推測されるが、徳川の世では、いずれ「鎖国」となり、彼の夢である異国との自由な交易、交流ができないと思ったのだろうか?何よりも心のうちにあった「首枷=おのれの野心」から解放を願ったが、それが叶うのは、彼の最期のときであったのだ。



小西行長屋敷跡案内板 (堺市旧紀州街道ぞい)

西成 エリア

## 第4回 「いのちの章典」実践大会の開催



3月23日(月)に西成区民センターで西成エリア「いのちの章典」実践大会が開催されました。司会は職員のア部さんと、蒲生理事の挨拶のあと、組合員活動部の尼谷さんから「班活動の現状に見る組合員参加の課題と可能性」について報告があり、その後5つの演題で報告がありました。

最初は、天下茶屋聖天下支部から、「としよりだつてあそびたい」班会参加は文化活動へのアクセス権」で支部運営委員の湯川さんが報告、次に「学習権を保障する支部での『励ましあい学習』&個別援助のとりくみ」で自己決定に関する権利を組合員活動部の小林さんが報告しました。

3番目は「愛する猫を抱きしめて最後を迎える」として自己決定権に関する報告を職員の阿部さんが行いました。4番目は、港工リアから「学習会企画などの働きかけについて」で、自己決定権と参加と協同について、組合員活動部の大石さんが報告しました。5番目は「本人の意思決定と受診にかかるアクセスに関する権利について(長くお世話になった診療所へかかりたい)」で、自己決定に関する権利とアクセスに関する権利について、西成民主診療所職員の山本さんが報告を行いました。

最後に、参加者による意見交換のあと、稲葉理事が、自分たちの活動を、「いのちの章典」の権利と責任の観点から見ていくことが大切、というまとめを行いました。

参加総数は、職員16名を含む38名でした。初めて参加された地域組合員も多数おられ、て、「いのちの章典」って何?という方もお

られたので、今後、学習を深めていきたいと思えます。

「いのちの章典」は医療福祉協連の設立趣意書の内容を基本として策定され、憲法をもとに人権が尊重される社会と社会保障の充実をめざす、私たちの権利と責任を明らかにしたものです。ともに組合員として生協を担う私たち地域住民と職員には、いのちとくらしを守り健康をばくむむために、以下の権利と責任がある、としています。

- ①自己決定に関する権利
- ②自己情報コントロールに関する権利
- ③安全・安心な医療・介護に関する権利
- ④アクセスに関する権利
- ⑤参加と協同



## 脳いきいき! みんなで認知症予防

先日行われた健康チャレンジのゴール集会(2/26)で認知症予防に関する講演が行われました。今回はその内容を少しだけご紹介します。

### 地域での認知症活動予防

予防のカギは認知症予防生活の習慣化です。半年以上続けなければ予防活動は習慣化しません。ただひとりだと長続きするのは大変です。だからこそ地域皆で予防活動を続ける必要があります。

### 社会的孤立が認知症のリスクに

人との交流は認知症の発症リスクに影響します。交流が多い人ほどリスクが低減される傾向にあります。また人との交流はうつ予防やストレス解消にも効果的です。高齢者にうつがあると認知症になるリスクが2倍に、強いストレスは脳の海馬を傷つけると言われています。

### キーワードは「自発的」

有酸素運動(ウォーキングや体操など)の継続は海馬の再生を助ける物質の分泌を促します。ただし、その物質は強制的にさせられた運動では増えず、自発的に運動したときに限って増えるようです。やりたくないことを無理にするのはストレスを強めるので逆効果です。受け身ではなく自発的にする活動の方が認知症予防に効果的です。

他にも様々なポイントがありますが、まずはこの部分を抑えましょう。生協では様々な班会が開催されていますのでぜひご参加ください!!

# こどもの日♪ ~いろいろ学ぼう~

5月5日はこどもの日♪今回はこどもの日にちなんで、小児科のお医者さんと保育士さんからそれぞれお話を伺いました。もしこんなことが聞きたいなどあればお便りをお待ちしています！

## アレルギーってなんだろう？ その1

私たちの生活している環境には、ウイルスや細菌のような微生物、カビや植物、ペットや家畜・野生の動物、化学物質など、様々な「じぶんのからだの成分とは異なるもの」がたくさん存在しています。

免疫の細胞は、こうしたたくさんものから、「じぶんのもの」と「そうでないもの(異物)」を区別して、異物をからだから追い出そうとします。私たちがからだの機能を正常に保つために、とても重要な働きです。

免疫細胞は、異物をすべて追い出してしまおうではありません。皮膚の上や腸に存在する微生物(腸内細菌が有名ですね)や、食べ物などには、反応を「免除」しています。そうしないと、からだを維持するのに必要な成分を取り入れられないからです。また、からだにとって害のあるものとそうでないものでは、反応の強さが異なります。

溶連菌やインフルエンザウイルスなど、からだに病気を起こすものに対しては、緊急事態のお知らせ(炎症物質)を発して、皆で相手を食べたり(貪食)、飛び道具(抗体)でたたかったりします。害のないものに対しては、

そっとからだの外へ押し流します(線毛運動など)。

しかしときに、害のないものや食べ物などに対して、免疫細胞が過剰に反応してしまい、症状としてあらわれることがあります。これを<アレルギー反応>といいます。

主なアレルギー反応による病気として、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息、アレルギー性鼻炎・結膜炎、花粉症、などがあります。

次回の『アレルギーってなんだろう？(その2)』では、それぞれの病気について少し詳しくお話ししようと思います。



ながほり通り診療所  
所長 田窪 翔子

※アレルギーに関する情報は、一般社団法人日本アレルギー学会が運営するアレルギーポータルサイト <https://allergyportal.jp/> もご参照下さい。

## 音楽のチカラで広がる子どもの世界

子どもにとって音楽は、楽しいだけではなく心と身体の成長を支える大切なものです。幼稚園教育要領や保育所保育指針でも音楽などの表現活動を通して、**自分らしく表現する力を育てることが大切**とされています。

音楽に合わせて歌ったり身体を動かしたりする中で、気持ちが安定し表現する楽しさを感じられます。また、朝の体操のような活動は一定のリズム刺激を通して、生活リズムを整え活動への切り替えを促す役割も担っています。

さらに、音楽は子ども同士の関わりを自然に生み出すきっかけにもなります。一緒に歌ったりリズムに合わせて体を動かす中で「同じことを楽しむ経験」を共有できます。そ

の中で、友だちの動きの真似をしたり、タイミングを合わせたりする姿が見られ**協調性や相手を意識する力**が育っていきます。また「一緒にやると楽しい」という気持ちは**安心感や仲間意識**につながり、言葉でのやり取りが十分でない子どもでも、音楽を通して自然に関係が生まれます。

こうした積み重ねは、「リトミック」のように音楽と身体運動を組み合わせた活動で体幹の安定やバランス感覚、協応動作の発達も育ちます。子どもたちの「楽しい!」という気持ちを大切にしたいですね!

病児保育室まつぼっくり  
保育士 工藤 由加利

### ～お家でできる音楽遊び～

①大人が手をたたいて「タン・タン・タン」とリズムを作り、子どもが真似をする「リズム模倣遊び」は手軽に楽しめる遊びです。この遊びを通して聴覚的注意力や、ワーキングメモリーが働き、リズム感や集中力、聞く力の育ちにつながります。

②音楽が流れている間は自由に身体を動かし、音楽が止まったらピタッと止まる遊びです。楽しみながら身体のコントロールや反応力が育ち、集中して音を聞く力も養われます。

ぜひ、ご家庭でも  
取り組んでみてください♡



