

久木小学校区住民自治協議会・広報誌

# 住民協ひろば

第39号（準備会から通算第60号）

発行日 令和2年7月4日

発行所 逗子市久木2-1-1

久木小学校区住民自治協議会

発行人 田倉 由男

・・・各部会は新型コロナウイルスの

感染リスクとの共存を図りつつ

活動を展開することを模索中です・・・

◆新拠点部会では3密を避けつつ地域活動の活性化を図る企画／家庭菜園生産者のニーズの発掘を図り家庭菜園愛好者のコミュニティの拡大を目指して7月17日（金）18日（土）の午前中に初めての試みとして「家庭菜園生産者交流頒布会」を久木会館前で行うことを予定しています。

◆減災部会では災害時の避難のあり方、特にコロナ対応を含めてどのような対応を取るべきか行政との擦り合わせを行い、前期完成した地域減災地図をベースに各自治会との確認のまち歩きを3密を避けながら行うことを検討中です。

◆ふれあい部会ではサポーターと受益者他対人接触を具体的にどう対応するのか等、具体的な検討を開始しました。

◆こども部会ではみんなの食堂をどの様に展開してゆくのか検討中です。

◆地域活動センター久木会館の具体的運営については既に運用検討会議を行い具体的な対応を確認しています。

各部会の詳細な動向については7月4日（土）の久木住民協の役員会で確認、検討致します。

## 令和2年6月度役員会

新型コロナウイルス自粛期間明けの6月は全体の役員会は休会として各事業部会でコロナウイルス対応及び事業計画をどう展開するか個別検討を行うことになりました。

## 社会の閉塞感と 地域活動について

久木小学校区住民自治協議会  
事務局長 石井達郎

私が大学を卒業し社会人となったのが 1974 年であった。振り返れば日本は景気の波はあったものの基本的には高度成長の時期にあった。当時一般的には日本の会社は終身雇用で、ある程度の会社に入れば、福利厚生も手厚く給与も増え 1980 年代のバブル期には日本経済は絶頂期に向かい、日本の企業が米国の高層ビルを買収、米国の象徴とも云えるハリウッドの映画産業を買収して、証券会社の営業マンなどは米国主導から日本の主導の時代ともて囃す時期があった。当時メディアは「1 億総中流」という言葉をよく使い、日本人全体の経済力、生活水準が全体として右上がりに推移した。例えばエアコン、車の所有、海外旅行が一般的となり、多くの日本人が豊かさを感じ、社会格差という言葉は殆ど使われず、当時の世界企業の収益トップ 50 のうち 32 社が日本企業であった。

しかし乍ら、バブルが崩れ戦後一貫して土地の値段は下がることはないという「土地神話」は崩壊、株価も暴落、不良債権を抱えた企業、大手銀行も多額の不良債権から消滅した銀行が何行かあった。1990 年代からは頻りに失われた 20 年と云われる様になり、一般的に人員整理、就職氷河の時代とも呼ばれ、日本の企業がコスト削減に追われた。加えて中国を始めとした後進国の成長、円高対策もあり日本の大手企業は生産拠点のグローバル化を進め、戦略的な世界展開と

称して労働力も海外の人件費コストと労働力の質の見据えての住み分けを余儀なくされ、この時代に企業は手厚い福利厚生負担を減らし、一方で労働市場の流動化が加速、日本の終身雇用は徐々に崩れ始め、企業側の負担軽減及び質の高い労働力を求めるニーズが高まり一般的に社会の格差が大きくなった。給与が伸び悩み、夫婦共働き世帯の増加、パートを含む非正規社員・派遣社員が増加し、年功序列制は崩れた。また、企業は積極的な投資を控え内部留保に努める企業が増えた。また、1990～現在は GAF A と呼ばれる米国の巨大 IT 企業と中国企業等が世界の経済市場を席卷、最近の世界企業収益ランキングトップ 50 では日本企業は 2 社のみがランクされるに留まり、この期間は最近は、IT による産業革命の時代と良くいわれるが、残念ながら日本は主導的な立場には無いと云われる。

また、私の世代が良く耳にした「核家族」も最近では親が苦勞をして買った首都圏郊外の家を嫌い、共働き高学歴夫婦は都心の住職接近のマンションを好む例を良く耳にする。老夫婦二人世帯、また老人一人世帯も多いと聞く。

日本は経済の面でも、社会の在り方の面でも閉塞感を感じざるを得ず、挑戦をしてブレークスルーしなければいけない時に来ているのでは。地域の在り方も個人の努力もあるが、地域の力でお互いに助け合える、住み心地の良い地域・生産的な地域を目指して挑戦をすべき時である。

でしょう。

運悪くウイルスが体に入ってしまったらどうなるか。ここからは個人の問題、人が備えているウイルスに対する防御、「免疫」が大きな関わりを持ちます。免疫とは文字通り「疫病から免れること」。防備がなければ一たび人の体に入ったウイルスは細胞に取り入り増殖し細胞を破壊し、重篤化させ場合により死に至らしめます。

人が備えている免疫の仕組みには、生来備わっている自然免疫と、後から備わってくる獲得免疫の二つがあるといわれます。後者は例えばハシカのように一度罹患すると再びはかかりにくくする抗体が体内にできること、その仕組みを人工的に応用したワクチンの接種もこれに相当します。新型コロナウイルスに対しては、獲得免疫はまだほとんどないといえるので、今個人にとって重要なのは「自然免疫」です。

幾つかの旧型のコロナウイルスや細菌の罹患によるとされる風邪には、罹りやすい人と罹りにくい人、あるいは環境があります。風邪にはワクチンはないし、そして毎年繰り返し流行するので「自然免疫力」の差が風邪をひきやすいか否かに現れるのではないかと思います。

高齢になるほど自然免疫力は衰えていくといわれており、高齢者ほど重篤化しやすいのに関係しているでしょう。一方、自然免疫力は強化することが出来ます。

嘗て夜更かしをして、寒いなど感じるとよく風邪をひきました。今同じ季節でも、十分な睡眠をとり、適度に体を動かしていると風邪をひきません。年齢相応に自然免疫力をつけることが出来るようです。自然免疫力を強化する第 1 は、運動することにより血行を良くし体温を保つこと。第 2・第 3 にバランスの良い食事と良い睡眠をとること、そして第 4 にストレスを貯めないこと。

最も身近で出来る自己免疫力の強化は、「歩く」運動をすることで、血行を良くし体温を保ち、且つストレスを解消することでしょう。

何事も過度になるとよいことはない。自粛生活も度を超すと運動不足とストレスで、自然免疫力を弱くして、その結果侵入したウイルスに弱い体になってしまっても、行政が面倒を見てくれることはありません。

新型コロナウイルスに対する最後の砦は、他力本願のワクチンではなく「自分で出来る自然免疫力の強化」、そのためにはウイルスの侵入を避けながら、外に出て歩くことが第一、お勧めしたいと思います。

余談ですが、嘗て「阿呆」「給料泥棒!」「何だこの書類は」「顔を洗って出直して来い」と、上司に叱責された後の夜の酒場で、「免疫になっているから大丈夫だよ」とか、「もともと打たれ強いから大丈夫」とか、会話が弾んだことを思い出しますね。

(山の根在住 鈴木為之)

### 編集後記

新型コロナウイルスに対する自粛期間が解除され、最近ではコロナとの共存と云われ、コロナウイルス感染を回避しながら経済・社会活動を続けるという難題を突き付けられている。

殊に最近の東京を中心とする首都圏の新規感染者の推移をみると、気を緩める訳には行かなさそうだ。私の知り合いのお寺の法事、イベントも縮小を余技なくされて頭が痛いという。

皆の知恵を集めて地域で対応を図りたい。

事務局長 石井達郎

### トピックス

#### 免疫力

新型コロナウイルスの感染予防に、「三密＝密接・密集・密閉を避ける」こと、そしてマスクの着用、手洗い、うがいの励行が盛んに言われています。ウイルスが体に触れたり侵入することを防ぐ有効な手段