

成田の将来と日本の未来を見据えて撃つ！
そんなあなたにホットな話題をお送りする
最先端オピニオン紙

成田シティージャーナル

発行: ネットハウス

〒286-0044 千葉県成田市不動ヶ岡 1958

TEL 0476-24-6777 FAX 0476-24-6778

<http://www.naritacity.com>

成田市、佐倉市、印西市、富里市、香取市、山武市、船橋市、富津市、八千代市、四街道市、浦安市、市川市、葛飾区、墨田区、荒川区、足立区、江東区、中央区、港区、目黒区、世田谷区、杉並区、豊島区、青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、新潟県、富山県、石川県、福井県、山梨県、長野県、岐阜県、静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、徳島県、香川県、愛媛県、高知県、福岡県、佐賀県、大分県、熊本県、鹿儿岛県、沖縄県

発行部数：390,000部

予防接種の今後を考える 疾病の流行を防ぐ為に、集団予防接種は不可欠！

はしかと破傷風、結核、ポリオ、百日咳、そしてジフテリアの6大感染症により、毎年、世界中で数百万人の子供達が、尊い命を奪われています。その幼児の死亡数は1日5000～7000人とも言われ、今や多くの慈善団体を通じ、予防接種の普及の為、様々な支援が発展途上国に対して行われています。

ところが日本では、予防接種の在り方が長年論じられている内に、接種を受けていない若者が急増してしまいました。そして昨年、はしかの猛威が世間を賑わせ、今年は収束すると思いきや、関東地方を中心に、未だに患者数が増加傾向にあります。2月までの患者数は既に2200人以上と報告され、年齢別に見ると、10代の患者がおよそ半分を占めており、患者の大半は、過去にはしかの予防接種を受けてないことが判明しました。相当数の日本人が予防接種の必要性に対して無関心である実態が浮き彫りになったのです。

およそ近代国家で、はしかが流行するような国は、今時、日本以外、あまりないでしょう。世間の危機意識も相当鈍っているせい、か、「はしかが流行!」と聞いても、困ったものだ程度にしか捉えていない方も少なくないようです。年配層の間では、未だに、はしかや水疱瘡等は誰でもかかる当たり前の病気だから、早めにかかった方が良いという声があることから、予防接種の知識が欠如していることが伺えます。

実際、日本における予防接種の行政対策は遅れをとっており、国際問題化することさえあります。例えばアメリカの疫病対策センターは、昨年流行したはしかの感染源が、日本から渡米してきた少年野球チームにあったと発表しています。昨今のグローバル社会は、誰でも、どこでも自由に行き来でき、いつまでも日本だけの問題として考えることはできません。また、日本を訪れる人の数も増えてきており、様々な病気への感染リスクも高まっています。予防接種の徹底は、もはや国家が一丸となつて対策に取り組まなければならない重要な課題なのです。

日本が予防接種後進国の理由

今更ながら、はしかや百日咳が流行して世間を騒がすことなど、国家の恥と言えます。しかし何故、行政側は単なる「お願い」や呼びかけに終始するだけで、集団予防接種を実施しないのでしょうか?その理由は、どうやら予防接種の歴史にあるようです。

戦後の1948年、予防接種法が公布されて以来、様々なワクチンが国内で導入されてきました。50年代では主に結核と日本脳炎、60年代はポリオに加えインフルエンザ、そして68年からはDTPワクチンの定期接種も始まりしました。ところが1970年の小樽種痘禍事件で、0歳の幼児が種痘接種により、不全麻痺を含む神経合併症から重篤な後遺症が残ったことが法廷で争われ、原告が勝訴したことを機に、予防接種に対する一種の拒否反応がマスメディア等を介して社会に植えつけられていきました。やがて病気を防ぐために児童全員に予防接種を強制するのは人権問題であるとの批判まで噴出し始めたのです。

確かに60年代までのワクチンは全粒子ワクチンと言われ、副作用が生じる可能性があったにも関わらず、行政の対応が不適切な時期がありました。その後、HAワクチンが1972年に実用化され、副作用の危険も100万分の1という低率であることから世界中に普及し、現在に至っています。ところが日本では1975年、DTPワクチンによる死亡事故が2件発生したことを機に、接種が中止され、集団訴訟が頻繁に起きるようになりました。1981年には副作用の少ないDTaPが導入され、DTPの定期接種が再開されますが、予防接種には重篤な副作用が生じる可能性が少なからずあることが強調され続け、予防接種全般に対する不信感をマスメディア等が煽ったのです。その結果、80年代以降、ワクチンの摂取率が急激に低下していくことになります。

1992年には、MMR訴訟が起これ、世界的定番であるMMRワクチンの接種までが中止されてしまいました。MMRは、はしか、

おたふくかぜ、風しんを一度の接種で予防できるワクチンとして1989年より導入されましたが、これも死亡事例が出たことにより、法廷で争われたのです。そして1993年、大阪地裁は予防接種と被害の因果関係を認め、国に過失責任があるという判決を下しました。その後も同様の訴訟が各地で起こされた結果、予防接種に対する不信感を払拭することができないまま世論の影響を受け、予防接種法は余儀なく改正されることとなります。

今日の予防接種ルールとは

予防接種法では、予防接種を行うことが政令で定められている疾病としてジフテリア、百日咳、ポリオ、麻しん、風しん、日本脳炎、破傷風、結核の8つが掲げられています。これらは一類疾病と呼ばれる重大な伝染病ですが、「個人の発病又はその重症化の防止」を目的とする二類疾病には、インフルエンザも含まれています。予防接種の元来の目的は予防接種法に記載されており、「伝染のおそれがある疾病の発生及びまん延を予防」し、「公衆衛生の向上及び増進に寄与すること」です。それを実行する為の特権として、第三条には「市町村長は…期日又は期間を指定して、予防接種を行わなければならない」と書かれています。また、予防接種法施行令第一条では、皆が接種を受けることを大原則として、定期の予防接種を実施すべき対象者が疾病名ごとに明確に定められています。

ところが、幾度となく訴訟が繰り返され、予防接種の危険性が設定されていく内に、予防接種であっても、やはり個人の権利を尊重しなければならないという解釈が主流となり、予防接種法が改正されたのです。その結果、今日では接種対象者が予防接種を受ける義務が無くなってしまいました。つまり、以前の集団接種とは全く異なり、予防接種とは希望する人だけが行うという考え方になったのです。これは俗に言う、インフォームド・コンセント、つまり医師の説明を受けた上で、対象者が同意する場合に限り、予防接種を受けると

いう考え方への方向転換です。

インフォームド・コンセントは必要か?

社会を脅かす疾病の数々を未然に防ぐ為の予防接種に関わらず、インフォームド・コンセントの対象となることで、行政指導が曖昧になってしまったようです。受けなくて良いものなら受けない方がよい、という安易な既成概念が広まると同時に記録の保管や接種履歴のチェックもずさんになり、いつしか接種を受けない子供達の数が増大してしまつたのです。また、はしかの予防には最低でも2回の接種が必要であることがわかっていますが、2005年までは1度の接種しか行われておらず、現在の小中高校生、大学生の大半が免疫不足となっているのが現実です。つまり、多くの若者が、はしかを発症する可能性を未だに抱えたままなのです。

今や行政関係者は対策にやっきになっており、国をあげて「予防接種を受けてください!」と、アピールを続け、厚生労働省は文部科学省を介して中高生にも予防接種の必要性を周知徹底し、大学においてはワクチン接種の無料化等で、何とか接種者を増やそうと努力をしています。しかしこのような緊迫した状況下でも、インフォームド・コンセントを前提とした、「個別接種」に頼らざるを得ないのでしょうか?それとも対象者全員に「集団接種」をすべきでしょうか?

米国の予防接種は問答無用

予防接種の先進国、アメリカでは州によって予防接種に関する法律が若干違いますが、一様に集団接種が義務付けられています。その為、子供達は誰でも法律に準じた接種を全て受けたという証明がなければ、学校に入学できません。そこにはインフォームド・コンセントという曖昧な対応など微塵もありません。アメリカ合衆国はメルティング・ポットと呼ばれる様に、世界中から様々な人種の方が移民してくるため、疾病の蔓延を防ぐ最善策として、予防接種が当然の事ながら実施されています。

一例としてコネチカット州の予防接種法を検証してみます。幼児を含む子供達の接種条件は、DTaPが最低4回、ポリオが最低3回、MMRは1回、その内、はしかは最低2回かMMRを2回、B型肝炎は3回、そして水疱瘡が

1回です。また幼児に限り、ヘモフィルス・インフルエンザb型菌を1回接種します。これらの接種をもれなく行うことにより、疾病の流行を未然に防いでいます。

予防接種の在るべき姿とは

予防接種を実施するにあたり、十分な説明が必要であることに議論の余地はありません。しかし日本ではそれがインフォームド・コンセントという個人の権利に関連付けられ、合意しなければ接種を拒否する選択肢が合法的に残されてしまったことは問題です。予防接種は、蔓延する可能性の高い疾病への有効な対策なのです。個人の心情や権利も確かに大切ですが、公衆衛生の保全も不可欠であり、特にまだ予防接種を受けていない乳幼児や一般市民への配慮も当然ながら必要です。

学校での寮生活を考えてみてください。ひとつの学校は予防接種を受けていない子供達だらけ。もう一つの学校は全員が予防接種をもれなく受けている学校。自分の可愛い子供を学校に預けるのに、どちらを選ぶでしょうか?もし、大勢の子供たちが何ら予防接種を受けずに共同生活した場合、はしかや水疱瘡が発症すれば、一気に学級閉鎖となり、学校生活は崩壊します。おそらく、殆どの親が予防接種を義務付けている学校に子供を行かせるはず。疾病に対する最善の予防策を子供に授けることは、大人の義務と言えるでしょう。

社会の秩序を著しく乱す危険性の高い疾病の蔓延を防ぐ為、予防接種は必須であり、人々が一丸となってその必要性を理解し、協力するべきです。また、インフォームド・コンセントの考え方は医療の常識となりつつありますが、それは予防接種には当てはまらないことを認識するべきです。今や、予防接種の後進国となってしまった日本。これまで社会に培われてきた偏見を早急に払拭し、疫病の蔓延を未然に食い止める為にも、集団予防接種の重要性が再認識されるべきです。そして行政はもう一歩踏み出して早急に予防接種法を再度、改正するべきです。効果的な対策を今すぐに実践しない限り、日本はいつまでも疾病に冒され続け、世界から批難される可能性を残すことになるのです。(文:中島尚彦)

世界の片隅から

〈第18回〉
民族和解vol.7



井上 健



写真 バンニャ村のセルビア人の子供

コソボにおける民族和解について書き始めて7回目ですが、もうしばらく書かせてください。それくらい根深い問題なのです。

さて、村人との民族和解を促すことをあきらめた私は、14人のアルバニア人市評議員を個別に説得することにしました。一軒一軒彼らの家をたずねて回り、話し合いをするのです。彼らが何を考えているのか、セルビア人との共存は本当に無理なのかを、会議場ではなく彼らの家で腹を割って話し合いました。その中の一人、評議員の中でも特に強い反対意見を持っている男を訪ねたときのことです。彼は、町からずいぶんとはなれた山の中に住んでいたのですが、やっと彼の家にたどり着いたときに驚きました。立派であつたらう彼の家は無残にも焼け落ち、彼とその家族はその前にテント小屋を立てて住んでいたのです。戦

争が終わって1年が経ったのに、彼にはいまだに住む家さえないのです。これではいくら私が民族和解などと奇麗事を言ってもセルビア人を許す気持ちにはなれないだろうと実感しました。衣食足りて礼節を知るといいますが、被害者が最低限の生活を取り戻せないうちに和解を受け入れさせることは無理だとわかりました。

それでも2週間近くかけて14人の評議員と話し合った結果、6人は戦争に加担しなかったセルビア人ならば会ってもよい、5人は誰であれ絶対に会いたくない、3人は決めかねるという立場でした。そこで、会ってもよいと考えている6人だけでもセルビア人との会談に参加してもらおうと考えました。フランス軍にも十分な根回しをし、7月19日に日取りを決めました。戦後初めて、北部ミトロビツアとスーボグル口村を代表するセルビ

ア人2名がアルバニア人と会うはずでした。ところが、会談の2日前になって今度はセルビア人が、バンニャ村の代表も加えて3人にしたいといってきました。しかしアルバニア人側はこの3人目のセルビア人を受け入れることはできないと拒否。セルビア人側も3人出なければ会わないと言い張り、またしても両民族の対話は流れてしまったのです。

すると今度は、セルビア人のほうから会談はミトロビツアで行いたいと申し入れ、これに対してアルバニア人も同意をしました。そこで、8月24日に日取りを再設定し、今度こそはうまくいこうと準備を開始したところ、会談2日前に、アルバニア人側が突然、やはりスケンデライで会いたいと言い出したのです。セルビア人にこれを告げると、身の安全が確保されるのであれば、セルビツア(スケンデライのセルビア名)でもよいと回答して来ました。両者の間の気持ちが揺れ動きながらも、だいたい固まってきたことが感じられるようになりましたが、今度は、フランス軍と国連警察が二日間では警備予定の変更ができ

ないといってきた、会談はまたしても流れてしまいました。

ところがまもなくして、首都のプリスティナからコソボ全体のセルビア人評議会のメンバーが8月30日にスケンデライ・セルビツア市を訪ねてくるとの連絡が入ってきました。私はこれを好機ととらえ、アルバニア人代表を懸命に説得、何とか彼らの同意を得ました。今度こそは、うまくいくはずでした。ところが、前夜になって突然、特別副代表から連絡が入り、治安上の心配があるので訪問は取りやめると告げられました。今度こそはと考えていただけに、トップからの中止指令には本当に愕然としました。



井上 健
(いのうえ けん)

PROFILE

1957年東京生まれ。早稲田大学政経学部在学中に400日間世界一周の一人旅をし、国際協力の道に志す。卒業後、イギリスのサセックス大学開発研究所に留学、開発学修士号取得。その後、国際公務員として、ワシントン(世界銀行)、トリニダード・トバゴ(国連開発計画)、タイ(国連カンボジア道支援室)、カンボジア(国連カンボジア暫定統治機構)、ソマリア(国連ソマリア活動)、スイスとドイツ(国連ボランティア計画)、コンボ(国連コンボ暫定統治機構)、東京(アジア生産性機構)に勤務し、現在は東ティモールの国連統合ミッションでガバナンス部長を務める。専門は、国際開発協力、人道支援、平和維持・構築など国際協力業務一般。好奇心が旺盛で、世界各地を訪ねて、何でも食べ飲み人々と交流することが大好き。これまで住んだ国は12カ国、訪れた国は80ヶ国余り。毎週必ず何かひとつ生まれてはじめての経験をする心を心がけている。

成田のNAVI

第32回

優雅なランチが楽しめる本格イタリアン
イタリアンレストラン ア・ローマ

ランチ天国、成田が誇る穴場イタリアンが土屋交差点角にあるア・ローマだ。イタリア人のオーナーシェフが調理するだけあり、一味違う本場の味が楽しめる。建物は成田屈指の広さを誇り、ゆとりをもったスペースとクロス付のテーブル、そしてバルコニーに面した大きな窓からの採光がとても気持ちいい。表でも食事をしたくなる数少ないレストランだ。ランチは3種類。値段は1200円、1500円、2400円と決して安くはないが、それが逆に期待につ

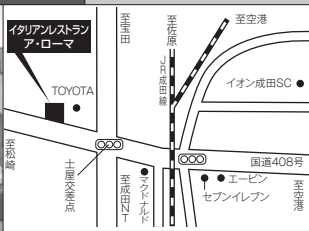
ながる。Aランチの基本構成は自家製フォカッチャにサラダカスプ、メインはパスタまたはピッツア、そしてドリンクだ。パスタは5種類、ピッツアは4種類から選べる。Bセットには、その他、前菜盛り合わせとデザートがつき、Cには更に肉料理か魚料理が選べる。本日の肉料理は鳥も肉グリル香草風味だ。とりあえずAセットでサラダと、茄子とイカのト

マト風味パスタを選択。サラダは大皿にしっかりと盛られ、成田最大級。サラダ好きにはもってこいだ。パスタは意外と重くなく、さっぱりとした味で、麺の茹で具合も完璧。あくまで本場の味を実感できるのが嬉しい。ちなみにコーヒーも美味しく、お代わりも頂くことができた。これでしめて1200円。優雅にランチを楽しめる優れたスポットとしてお勧めしたい。

イタリアンレストラン ア・ローマ
成田市土屋1109-4 TEL0476-23-3361



総合評価★★★★★



料理長 斎藤渉の直伝レシピ

【第13回】ほたるいかの卵とじ

●料理長より一言…
卵は半熟状に火を通し、ふんわりとした食感に仕上げます。

① ほたるいかは目、口が残ると食感が悪くなるので、骨抜きなどで除きます。口は、足のつけ根の中央にあります。ごぼうは泥を落とし、ささがきにして水にさらします。長ねぎは縦半分に切って薄い斜め切りにし、三つ葉は3〜4cmの長さに切ります。

② 小さいフライパンで1人分ずつ

作ります。ごぼうと長ねぎを敷き、ほたるいかを放射状に並べ、煮汁を合わせて注ぎます。

③ 強火にかけて煮立て、1分くらい煮ます。卵を溶きほぐし、穴じゃくしで外側から回し入れます。

④ 三つ葉を散らして火を止め、ふたをして一瞬蒸らします。すぐに器に移し、粉ざんしょうをふります。

卵は細く流し入れ、火を通しすぎない

卵は煮立った煮汁に少量ずつ流し入れると、短時間でふんわりと仕上がります。穴じゃくしを利用して、外側から内側に回し入れると均一に火が通ります。余熱でも火が通るので、一瞬蒸らしたら、すぐに器に盛ります。

材料(2人分)

ほたるいか	20 ぱい
ごぼう	20g
長ねぎ	20g
三つ葉	適量
卵	2 個
だし汁	250ml
みりん	大さじ 2
薄口しょうゆ	大さじ 2
粉ざんしょう	適量

おいし作るポイント

時間が経つほど深まるあじわい、無垢の家具

ARD010
販売価格 248,000円
チーク天然木
幅180cm 奥行135cm 高さ83cm
座面高32cm クッション厚12cm
サイドテーブル、クッション付属

ATS090
販売価格 35,800円
チーク天然木
幅90cm 奥行90cm 高さ70cm

ATS010
販売価格 19,800円
チーク天然木
幅43cm 奥行43cm 高さ59cm

ATR060
販売価格 19,800円
チーク天然木
直径60cm 高さ60cm

ACC063BK
販売価格 9,800円
チーク天然木 牛車 座面高40cm
幅70cm 奥行35cm 高さ59cm

ACC062
販売価格 13,800円
チーク天然木 座面高36cm
幅63cm 奥行35cm 高さ59cm

ACC070
販売価格 9,800円
チーク天然木 座面高45cm
幅70cm 奥行40cm 高さ56cm

ACF014
販売価格 19,800円
チーク天然木 座面高46cm
幅48cm 奥行56cm 高さ100cm

AZR060
販売価格 29,800円
チーク天然木
幅60cm 奥行45cm 高さ180cm

ANH156
販売価格 59,800円
チーク天然木
ウオーターヒヤシンス
幅150cm 奥行35cm 高さ110cm

ACS160
販売価格 49,800円
チーク天然木
幅64cm 奥行45cm 高さ160cm

ANH036
販売価格 62,800円
チーク天然木
ウオーターヒヤシンス
幅170cm 奥行45cm 高さ103cm

ATT002
販売価格 19,800円
チーク天然木
直径37cm 高さ64/75cm

AZT017
販売価格 6,980円
チーク天然木 銅 幅58cm 奥行30cm 高さ9cm

AZB026
販売価格 7,800円
チーク天然木
幅25cm 高さ13cm

AAW030
販売価格 5,500円
チーク天然木
幅25cm 長さ25cm 高さ22.5cm

GTT031
販売価格 15,800円
チーク天然木
幅70cm 奥行70cm 高さ75cm

GTT036
販売価格 5,800円
チーク天然木
幅70cm 奥行70cm 高さ75cm

GBT0620
販売価格 19,800円
チーク天然木
幅120cm 奥行49cm 高さ90cm 座面高44.5cm

GCT010
販売価格 9,800円
チーク天然木
幅55cm 奥行43cm 高さ100cm 座面高46cm

株式会社ファニチャーハウス
〒286-0044 千葉県成田市不動ヶ丘1958
TEL0476-24-5111 FAX0476-24-5112
www.furniturehouse.co.jp
カタログ無料送付いたします

ファニチャーハウス
ショールーム
「ウインドハス」の
看板がある建物の1階が
ファニチャーハウスの
ショールームです。

至香取
至千葉
平日 10:00~19:00
土曜日 12:00~17:00
日祝日 休業

日本語の謎をヘブライ語で解き明かす！

「君が代」の歌詞には、ヘブライ語によるもう一つの意味が秘められていることを解説してきました。立ち上がって神を誉めよ」という意味を持つ「クムガヨロ」から始まり、前半のメッセージは、シオンの民が国家の滅びから逃れ、神の選民である「残りの民」として神を讃えることが中心のテーマとなっていました。しかし、たして歌詞の後半はどうでしょう？

「君が代」の歌詞には、ヘブライ語の **enosh** (enosh、イノシユ) が複合してできた「イシノ (シユ)」で、「人類の救い」を意味します。次に「イワ・オト・ナリテ」という3つのヘブライ語が続きます。「イワ」は、神を意味するヘブライ語の子音 **י** (yod) に任意の母音をつけて、日本流の「神」の呼び名、「イワ」となりました。また、ヘブライ系ユダヤ人のことをアラム語では **Yehudi**、「イワ」と呼んだり、神の民を「Yehudi」、「イワ・オト・ナリテ」が「人類が救われ、神の予言が成就した」という文章になっていることがわかります。

言葉です。つまり「イワ・オト」は「イワ」と「オト」が「神の印や神の証」の意となり、言い換えれば「神の予言」とも解釈できるでしょう。また成就する「完成する」という意味の言葉に **na'alah** (na'alah、ナリアタ) というヘブライ語があります。「ナリ」は「得る」、「アタ」は「来る」の意味があり、この2つの言葉が繋がって、「成就する」という意味になります。するとどうでしょう。「イシノ・イワ・オト・ナリテ」が「人類が救われ、神の予言が成就した」という文章になっていることがわかります。

音は「コル」カノです。「コル」は「全て」、「カノ」は基礎、台の意味が原語にあり、合わせて「全ての場所」を示唆するので、「コカノ」は「全地」を意味します。そして、歌詞の最後の「ムスマデ」は「語られる」、「鳴り響く」という意味を持つ **moosha** (moosha、ムーシマッテ) です。ヘブライ語の文法上、女性形も使用されることがあり、ムーシマッテはその女性形です。それ故、「コカノ・ムーシマッテ」はヘブライ語で「全地に語られる」という意味になります。

「イシノ・イワ・オト・ナリテ・コケノ・ムスマデ」を、ヘブライ語の文章として読み通してみると、そこには驚くべきメッセージが秘められていたのです。「人類に救いが訪れ、神の予言が成就した。全地あまねく宣べ伝えよ」と。

春はもうすぐそこ！ 気分一新新たな気持ちでミュージックライフをサポート！！

GP142 ウォルナット [2281] ライトマホガニー [2277]
税込価格 **498,000円** (送料別)
高さ100×開口143×奥行142cm：椅子付

Pearl River ピアノ用椅子
優雅な猫脚
S500AW **11,800円**
黒/2321 マホガニー/2322
(すべて高紙調整ができます)

きたる春のイベントに最適です！
移動に便利な一体収納できる
簡易PAシステム!!
PEAVEY ESCORT 61317
衝撃特価 **54,800円**

音は「コル」カノです。「コル」は「全て」、「カノ」は基礎、台の意味が原語にあり、合わせて「全ての場所」を示唆するので、「コカノ」は「全地」を意味します。そして、歌詞の最後の「ムスマデ」は「語られる」、「鳴り響く」という意味を持つ **moosha** (moosha、ムーシマッテ) です。ヘブライ語の文法上、女性形も使用されることがあり、ムーシマッテはその女性形です。それ故、「コカノ・ムーシマッテ」はヘブライ語で「全地に語られる」という意味になります。

ぜ〜んぶ揃ってなんと、**29,800円!**
ドラム本体、シンバル、イス、スティックetc.
必要なものが
全てそろってSET!!

ZDS3000 CUSTOM
衝撃特価 **29,800円**

待望のPLAYTECHベースアンプ遂に登場!
JAMMER BASS 35
100566
衝撃特価 **12,800円**

JAMMER BASS 80
100567
衝撃特価 **15,800円**

カラフルな6色の
カラーバリエーション!

アコースティックギター
PLAYTECH D4
衝撃特価 **5,980円**

エレクトリックアコースティックギター
PLAYTECH D7E
衝撃特価 **8,980円**

最高サウンドが手に入る
最強のギターセット!
**PLAYTECH
PLAYPACK**
衝撃特価 **9,980円**

**PLAYTECH
ET-200** 9780
小型チューナーの決定版!
マイクも内蔵!
アコースティックギター?の
チューニングにも使えます!

株式会社 サウンドハウス TEL 0476-22-9333 FAX 0476-22-9334
〒286-0044 千葉県成田市不動ヶ岡1958 日祝日 休業
営業時間 平日10:00~19:00 土曜12:00~17:00 http://www.soundhouse.co.jp

かもねぎの

COME ON MUSIC!!

73

個声を伸ばす。

今、発声練習にはまっております。ライブで歌うことも多いのですが、その歌は完全に自己流。以前一度だけプロの歌手に指導を受けたことがありますが、特に熱心に練習するわけでもありませんでした。

ある夜、昨年録音したライブのテープを聞き返すと、なるほどギターは以前よりは上達していると感じましたが、歌はひどいもので、「自分は下手くそだからこのくらいで」と思ったものの、「練習すれば少しは上手くなるかもしれない、しないよりはまし」と、発声練習をはじめました。

歌の先生に習おうとも思いましたが、インターネットにもたくさん情報があるし、まず自分でやることに挑戦。腹式呼吸で長くゆっくり息を吐く、チューニングメーターに向かって声を出し音程を保つなどいろいろとやっていました。

ある日、同僚が音大出身であることがわかり、発声について尋ねました。すると「加茂さんはずいぶん低い声が響きますね。バスの領域まで声が出る人はあんまりいないですよ。バスを鍛えたほうがいいですね」とアドバイス。身につける練習!!



楽器用のチューナーで正しい音感を身につける練習!!

最近のボーカリストで歌が上手いといわれる人の多くは大きい声を高音で張れる人で、自分とは正反対だったため、これは目から鱗の発見。

その夜は一人でピアノに向かいどこまで声が出るか試してみたところ、低いほうから数えると2オクターブまで出ることがわかりました。自分は高い声が出ない、音域が狭いということに悩んでいましたが、自分がこれほど低い声が出るとは思ってもいませんでした。何をしても自分を知ること、この場合は自分の個性ならぬ個声を見極める事が大切なんだと痛感しました。

それからは、職場でもみんなで声をよくしようと、毎朝スタッフと発声練習を実施。いい声を時間をかけて作ろうと思います。音楽を始めて20年近くたちますが、まだまだ発見と勉強の連続だと痛感しました。

(ギタリスト加茂尚広) 連絡先 0476-24-6777 (ネットハウス)

あなたのPCを
停電から守る!! **UPS** 無停電電源装置
停電時にシャットダウンまでの電源確保する装置
※使用機種によって対応時間は異なります。

●落雷からPCや機材を保護
●最大20分稼働可能
●電源管理ソフト付

税込特価 **4,980円**~

UPS 500II 税込特価 4,980円
500VA

UPS 500LX 税込特価 6,980円
500VA, LCDディスプレイ搭載

UPS 1200II 税込特価 7,980円
1200VA

UPS 1200LX 税込特価 9,980円
1200VA, LCDディスプレイ搭載

株式会社 サウンドハウス TEL 0476-22-9333 FAX 0476-22-9334 www.soundhouse.co.jp

未病を治す

横山 瑞生

第41回

自分の健康は自分で守る

ヒトが直立二足歩行するようになってから、発生した疾患には、内臓下垂・腰痛・膝痛・頸や肩のこりなどを挙げることができましよう。

起床し立つと無意識に首を上下に真直に保とうとします。上肢の重さは肩関節を通して持ち上げるのです。首とは頸から上をいいます。この首の重心は顔前方の方に傾いているのです。眠くなったり、意識を失うと首が前にうつぶことで知られます。

このように後頸部や肩関節部の筋は首や上肢を支えるために、静止の状態でも相当の機能を果たしています。ましてや書物を読んだり、パソコンを操作している時は、首を前屈しますから、前出の筋は、更に収縮を余儀無くされます。この結果が頸こりや肩こりの原因となるのです。言う迄も無く、ある病気の一症状として、誘発されることもあります。ここでは省くことにします。

鍼灸やマッサージの医療機関に、頸こりや肩こりを訴えて、治療にやって来る人は大変多いです。鍼灸やマッサージは頸こりや肩こり以外には余り効果を知らない人が多いのも事実ですが、世界保健機関（WHO）では立派な医療として保護と普及に勤めています。アメリカやヨーロッパの各国や中国、韓国、朝鮮などでも、大学で教育し医師として認めています。残念ながら我国では鍼灸大学はあっても医師の国家資格は、未だ与えられていません。従って診断権がないのです。

ちょっと回り道をしましたが、頸や肩のこりについて更に考えてみましょう。日本列島の冬季は大そう空気が乾燥します。ということで、冬になると流行性感冒（以下、流感）が猛威をふるう理由については前号でふれた通りです。

流感にかかる前先ず、くしゃみ、寒気、発熱、頭痛、頸や背部のこりなどの症状が発症します。

運動器といわれるところは骨格、靱帯、筋肉などで形成されています。筋肉は蛋白質です。蛋白質は熱や酸に会うと凝る、固まる性質をもっています。当然のことながら骨格に付着している骨格筋は自分の意思で動かすことが出来ます。機能的な命名は随意筋といいます。この筋肉の使い過ぎも、また凝ることになります。更に冷えると筋肉の働きが低下します。こうした状態のとき、急な強い動きをすると、俗いう肉ばなれや、頸肩腕痛・腰痛・膝関節痛といったトラブルの誘因になります。来月はこの手当法について記すことにいたしましょう。

PROFILE



横山 瑞生
(よこやま りいしょう)

1939年 茨城県常陸大宮市に生れる。
1964年 東京医療専門学校卒業、在学中から大塚敬節氏に師事し漢方を学ぶ、後小川晴通氏に師事し鍼灸を学ぶ。
1971年 中国医学研究協会設立に参画。
1973年 中華医学会の招聘で訪中、鍼麻酔、耳鍼療法など我国に最初に紹介した。現在、日本東洋医学会会員、日中医療普及協会会長、新宿鍼灸師会会長、日本ホリスティック医学協会常任理事、一本堂鍼灸療院院長などの傍ら国内外の後進の指導に当たる。

著訳書 『カラー版鍼灸解剖図』『最新中医針灸穴位掛図』『針灸経穴辞典』『針灸寄穴辞典』『アレルギーはツボで治る』『耳針療法掛図』ほか多数。

〈連絡先〉
一本堂横山鍼灸療院 電話 03(3359)6693 FAX 03(5379)8901
東京都新宿区本塩町10 四谷エースビル101

春のグレイスワインと旬の野菜を楽しむ会

3月21日(金)開催!

時間：午後5:00～
会費：1人7,000円(入館料、税込)
定員：12名様(先着順)
※お申し込みはお早めにフロントまで

日本のブドウとワインの故郷・山梨県勝沼町で育ってきたグレイスワインと、春の訪れを感じさせる極上の料理のハーモニーを楽しむ会を開催します。先着12名様限定です。

●ワインリスト

- ・ヴィンテージ甲州2006 白、辛口
- ・グレイス甲州2006 白、辛口
- ・グリド甲州2006 白、やや辛口
- ・グレイスルージュ 茅ヶ岳2006 赤、ミディアムボディ
- ・キューヴェ 三澤2004 赤、ミディアムボディ
- ・あくさくら(ウェルカム)ロゼ、やや甘口



悠久の時の流れを静かにぎざむ大人のリゾート

毎日の疲れた心と身体を解きほぐす大人のリゾート「大和の湯」天然温泉&スパで最高のリラックスタイムを。

食

を楽しみながら美しい自然を満喫。“逸品の和食”と“新鮮な素材を活かした鮎”が楽しめます。



湯

に身をゆだね、自然の中で心身の疲れを解きほぐす悠久の一時をお過ごしください。

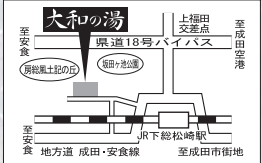


快

適なプライベート空間で最新のエステと最新のフィットネスをご満喫ください。



成田市大竹1630 TEL 0476-28-8111
大和の湯HP <http://www.yamatonoyu.com>



正社員大募集 業務拡張!野毛平工業団地に引っ越しだー!!

★業績の安定した成田最大級の企業★

①営業スタッフ

給与▶月収例:176,000円~350,000円
勤務▶電話等での接客です。ノルマ一切なし

②ショールーム受付スタッフ

給与▶時給:1,000円~1,500円
勤務▶週3日~

③物流梱包スタッフ

給与▶月収例:240,000円~350,000円
勤務▶週4日~

④海外事務処理スタッフ

給与▶月収例:300,000円~450,000円

⑤保育士

3~8歳児まで、1~3人の少人数対応。

⑥調理師

社内食堂にて昼食を作ります。

★ライオンズマンションが社宅!戸建も有

★平均年齢31歳、平均年収420万円

★年4回!頑張っただけ昇給のチャンス!

★21歳で年収300万円も夢じゃない!

★全国に数十万の顧客を持つ優良企業!

★天然温泉(家族も含む)無料優待!

★海外トレードショー参加!

時間▶平日/10:00~19:00(実働8H、土曜日/12:00~17:00(早出、残業有)
休日▶日曜、祝日、隔週土曜日、夏期・年末年始休日
待遇▶昇給随時、昇給年4回まで可能、特別賞与有、社保完備、社宅(ライオンズマンション、戸建有)天然温泉社員(家族も含む)無料開放!テニスクラブ優待プラン、海外ツアー
応募▶履歴書(写真添付)と志願書(自己PR等)を下記アドレスまでmail、または郵送してください。ご不明な点はお気軽にお電話ください。



仕事の後に天然温泉でリラックス!! 福利厚生も充実!

極上の“和”モダンの温泉リゾートで働きませんか?

①フロア/ホール/スパ受付 スタッフ

給与▶アルバイト・パート/時給 900円~1,200円※経験に応じて考慮
☆☆☆☆☆☆☆☆ 平日夜、土日祝日時給増 ☆☆☆☆☆☆☆

②クリーンスタッフ

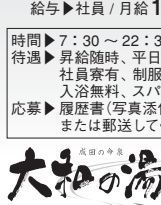
給与▶アルバイト・パート/時給 850円~ ※経験に応じて考慮

③マッサージ/エステティシャン

給与▶社員/月給 176,000円+歩合制(要資格)

時間▶7:30~22:30の間で応相談。短時間可
待遇▶昇給随時、平日夜/土日祝日時給増、各種社会保険、社員寮有、制服貸与、おいしい料亭のまかない有!入浴無料、スパ&フィットネス割引有り!!!
応募▶履歴書(写真添付)と志願書(自己PR等)を下記アドレスまでmail、または郵送してください。ご不明な点はお気軽にお電話ください。

仕事後の温泉でリラックス♪
とってもおいしいまかない料理☆
まるでリゾート地で働いているみたい!



株式会社フィットネスハウス

〒286-0841 千葉県成田市大竹1630 ☎0476-28-8115(採用担当まで)
E-mail▶job@yamatonoyu.com WEBアドレス▶www.yamatonoyu.com

「成田シティージャーナル」に関するご意見、ご感想、ご要望、その他なんでも、皆さんの声をお待ちしております。
電話:0476-24-6777 電子メール:comment@naritacity.com

バックナンバーが全部見られる! 表も写真もカラーで表示!

<http://www.naritacity.com>