2026年9月
第306
〈隔月発行〉

健康とくらし

題字は和歌山生協病院　畑 伸弘医師

いま、和歌山中央医療生協は
- 組合員数 ……21,646人
- 出資金‥1,172,280,819 円
- 一人平均出資額 ……54,156円

2026年7月31日現在

発行●和歌山中央医療生活協同組合　〒640-8390　和歌山市有本138-14　☎073-474-5121　FAX.073-475-4288　ホームページ https://www.w-iryoseikyo.com/　編集●機関紙委員会

和歌山港・南海フェリー





南海フェリーは、紀淡連絡汽船時代を含めると70年以上にわたり関西と四国を結ぶ海上交通の大動脈として機能してきました。和歌山県民にとっては地域のくらしを支え、和歌山港の発展にも寄与してくれた重要な存在です。

明石海峡大橋の開通や道路網の整備など、近年の社会・経済環境の変化により、2028年にその役目を静かに終えようとしています。和歌山の海を渡り続けた船の記憶は、少なくない県民にとって懐かしい思い出です。

（写真・文／中嶋　一雄）

和歌山中央医療生協事業所のご案内

- 和歌山生協病院……(073)471-7711
  - 小児科併設「病児保育室くじらっこ」……(073)476-4455
- 和歌山生協病院附属診療所……(073)471-8171
- 生協芦原診療所……(073)423-4349
- 河西診療所……(073)451-6177
- おおみや診療所……(0736)61-6151
- 生協中之島
  - デイサービス……(073)422-2003
  - 複合型サービス……(073)423-3500
  - ケアプランセンター生協中之島……(073)422-3476
- 在宅介護支援センター和歌山生協病院（ケアマネ）(073)474-2711
- 放課後等デイサービス生協レインボー……(073)494-5704
- サテライト型小規模介護老人保健施設松寿苑 (073)431-8311
- サービス付き高齢者向け住宅　生協ありもと (073)494-5700
- サービス付き高齢者向け住宅　生協にじ……(073)476-4477
- 地域支えあいセンター 虹……(073)435-6611
- 訪問看護ステーション 生協みなみ……(073)435-5661
- 定期巡回･随時対応型訪問介護看護 生協みなみ (073)435-5661
- ヘルパーステーション 協同……(073)471-7728
- 海南･海草総合介護支援センター　げんき
  - デイサービスげんき……(073)487-3388
  - ケアプランセンターげんき……(073)487-0022
  - 定期巡回･随時対応型訪問介護看護げんき (073)487-3377

介護のご相談は、それぞれの事業所か、在宅介護支援センター和歌山生協病院 **073-474-2711** までお願いします。

医療福祉生協がめざす健康習慣

「8つの生活習慣」と「2つの健康指標」の内容を11年ぶりに改定しました

医療福祉生協の健康習慣が、2026年6月、11年ぶりに改定されました。今回の見直しは、近年の「社会環境や生活様式の変化」そして「健康課題の多様化」に応えるための前向きなアップデートです。一人ひとりの健康観の違いを認め合い大切にしながら、今の時代に寄り添う新しい指針として整えられました。

新しい医療福祉生協の健康習慣を基に、地域の健康づくり活動やまちづくりにつながるよう今後も取り組んでいきます。

8つの生活習慣と2つの健康指標

8つの生活習慣



(1)生活リズムを整え快適な睡眠をとる
(2)心身の過労を避け、十分な休養をとる
(3)禁煙にとりくむ
(4)健康に配慮した飲酒
(5)適度の運動を定期的につづける
(6)ライフスタイルに合わせて食事を楽しむ
(7)歯とお口の健康を守り、おいしく食べる機能を維持する
(8)社会にかかわることが、健康をつくる

2つの健康指標

(1)適正体重、適正腹囲を維持する
(2)適正な血圧をめざす



※身体の健康だけでなく、人や社会とのつながり(社会的健康)が、私たちの元気を支える大きな要素であると再定義されました。

秋の「生協強化月間」がはじまります！



期　間：2026年10月1日～11月30日

テーマ：「発見しよう！知らせよう！やってみよう！―きょうどうの魅力」



今年の生協強化月間は、健康づくりとつながりづくりを通じて組合員をふやし、組織をより強く大きくすることを目指します。和歌山中央医療生協も期間中、さまざまなとりくみを通じて地域に繰り出します。組合員の皆さんのご協力と活動参加をよろしくお願いします。



原水爆禁止2026世界大会へ参加して

和歌山生協病院　医事課　吉田 一揮

8/4～6の3日間、広島での大会に参加してきました。「いまの高市政権は核兵器禁止条約には背を向け、改憲運動を強めている。しかし日本でも世界でも市民は核兵器の廃絶と国際平和をあきらめていません。私たちには平和をつくるために、対話で力を合わせるという力と希望があります。この被爆地、広島から『被爆者とともに核兵器のない平和で公正な世界を一人類と地球の未来のために』をテーマとするこの世界大会をみなさんと一緒に成功させようではないか」と黒澤全労連議長の開会宣言をはじめ、被爆者や国内外の代表者たちによるスピーチがありました。非核三原則の見直しや憲法改正など日本は危険な状態にあること、すべての国が禁止条約に署名・批准することを望む声など様々あり、同じ方向を向いて行動する仲間がこんなに多くいるのかと改めて実感しました。

また4歳で被爆された水戸さんの講演では、倒れた家の瓦礫から首から上がでた状態で「おかあちゃん、ここよ助けて」と叫んで、母と姉に柱や壁土を手で払いのけて引っ張り出してもらった際に釘に肘をひっかけ肉が切れてしまったこと、黒い雨が降るなか芋畑で一晩明かしたこと、あまりのけが人の多さに治療もままならないこと、終戦するも帰る家がなく2日間かけて峠をこえた疎開先へ歩いて向かったこと、生活苦から海に飛び込む覚悟をしていたことなど戦争の悲惨さを聞かせていただきました。いまでは理解ある人と結婚でき、子どもも孫もいるが自身が被爆者であるため、被爆二世・三世の影響がでるのではと不安に思い、毎朝祈っているそうです。





戦争はその時だけでなく終わった後も苦しみが続くもので、決して許されるものではないと今回大会への参加を通してより強く感じました。核兵器のない世界の実現はすぐに達成できるものではないですが、ここで学んだことを平和活動につなげて少しでも貢献できるよう頑張りたいと思います。

和歌山中央医療生協の職場紹介⑧　まちづくり・組合員活動推進部

地域に笑顔の輪を広げていく職場です

「健康体操で汗を流した」「班会でおしゃべりして元気をもらった」―そんな組合員のみなさんの毎日を、裏方から支えているのが、まちづくり・組合員活動推進部です。

長く「組織部」と呼ばれてきましたが、いま私たちが目指しているのは、組合員のみなさんと一緒に「健康なまちづくり」「安心して暮らし続けられるまちづくり」を進めていくこと。そんな思いを込めて、「まちづくり・組合員活動推進部」という名前に生まれ変わっています。

医療生協の活動の中心は「組合員のみなさん」です。そして組合員活動は、組合員さんが主体となって取り組む活動で、班会や各種サークルを通じた学び合い、健康チェックや体操などの健康づくり、介護予防や見守り・支え合い活動、医療・福祉制度の学習、まちづくりへの参加などさまざま。

私たち「まちづくり・組合員活動推進部」は、組合員さんの「こうしたい」という声を形にするために、



地域の組合員さんと顔を合わせて一緒に企画を考え、医療・介護・福祉の専門職とも力を合わせながら、健康やくらしの課題をひとつずつ解決し、地域に笑顔の輪を広げていく。生協の魅力の一つである"人と人とのつながり"を、いちばん近くで感じられるやりがいのある職場です。

※現在、組合員さんや地域から親しんでもらえる略称を検討しています！候補は「まちづくり」「まち組（くみ）」「まち活（かつ）」など！！ みなさんのご意見もお寄せください。

出会い ふれあい 支え合い ひろば

河西地区 第32回平和夏まつり

7月25日（土）河西診療所にて、平和夏まつりが開催されました。異常な酷暑に加え、同日に和歌山市「港まつり」と紀の川市「粉河祭り」があり、始まるまで「来てくれる人いてるかな？」と心配をしましたが、今年もたくさん地域の方々で賑わう楽しいお祭りになりました。











海南・海草支部 おからを使って手作り味噌　大好評！







5月23日（土）海南・海草支部運営委員さんの呼びかけで、げんきホールに手作り料理が好きな組合員さん10人（うち男性1名）が集まって、おから味噌づくりに挑戦しました。以前テレビ番組で紹介されたことのある海南げんきのご近所さん「山口豆腐店」からおからを購入し、そのほかの材料も準備。

レシピを見ながら皆でワイワイガヤガヤと楽しい味噌づくりの時間を過ごしました。最後はみんなで記念撮影。熟成期間を経た出来上がりをみんなで楽しみに待っています。次回は手作りのケーキを企画中です。

中地区 ウクレレ班が誕生

中地区では、一人の組合員さんの「ウクレレをやってみたい」というひと言をきっかけに、ウクレレ班「サニー」が誕生しました。参加しているメンバーの中には、初めてウクレレに触れる方もいますが、「上手に弾くこと」よりも「みんなで音楽を楽しむこと」を大切に、和気あいあいとした雰囲気で活動しています。指を動かして演奏し、声を合わせて歌う時間は、心も体も自然と元気になります。年齢に関係なく、音楽には人と人をつなぎ、笑顔を生み出す力があります。これからも仲間との楽しい時間を大切にしながら、心地よい音色を響かせていきます。







連載コラム　第34回

診察室だより



独り立ちでも一人じゃない



和歌山生協病院
加納 直医師

研修医としてスタート

今年で医師になって3年目になりました。医師は医師免許を取ると、最初は「研修医」としてスタートします。そして2年間の「初期研修」というものを行います。この2年間で私たちは一般的な内科に加えて、外科や産婦人科、精神科にいたるまで、幅広い診療科の業務に携わり、医療の基本を学んでいきます。

この研修医、医師ではあるものの、実はできることが非常に限られています。基本的に一人ではなにもできません。治療法の決定も、お薬の処方も、注射などの簡単な処置も、上の先生の許可と監督が必要です。上の先生がしっかり研修医をサポートすることで、研修医は事故や失敗から守られます。

しかし、その一方で、研修医は簡単なことであっても許可を取らなくてはいけないことにストレスを感じることもあります。かくいう私も、上の先生に丁寧にサポートしてもらえることをありがたいと思いつつ、もっと勉強したことを活かして自分で診療してみたい！もっとたくさんの患者さんを自分の力で診てみたい！と思いながら研修医時代を過ごしました。

任せてもらえる医師3年目

そして遂に医師3年目。待ちに待った独り立ちのとき。独り立ちとは言ってもまだまだ若輩者には変わりありませんから、上の先生のサポートはありますし、分からないことは周りに相談しながら行います。それでも基本的なことは任せてもらえるようになりました。診察、治療、患者説明、全て自分で考えて、自分でやる。その分、責任も、重大。独り立ちの嬉しさもありつつ、患者さんに不利益なことをしてしまわないだろうかという不安も大きくのしかかりました。大丈夫かな？大きな失敗をしてしまわないかな？

日々感じるスタッフの力

期待と不安の中始まった3年目。日々感じるようになったことがあります。周りのスタッフがとても心強いな、ということです。私の気付けなかった患者さんの小さな変化も看護師さんが細かく教えてくれました。出したお薬についてより副作用の少ない代替案を薬剤師さんが提案してくれることもありました。患者さんのことを知り尽くしたケアマネージャーさんが患者さんの治療方針を決めるための相談に乗ってくれました。その他にもあらゆる職種のスタッフが毎日力を貸してくれるのです。



医療って一人でやるものじゃないんだな

そこで「あぁ、医療って一人でやるものじゃないんだな」ということに改めて気付かされました。病院には医師だけじゃない無数の職種のスタッフがおり、それぞれがその領域のスペシャリストです。そのスペシャリストがチームとなって一人の患者さんを支えているのが医療なのです。独り立ちしたけど一人じゃない、心強いスタッフに囲まれながら診療をする今日この頃です。



～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～

学び交流する医系学生合同企画

「実際の現場の状況や対応の話を聴けてよかった」

7月25日(土)生協病院附属診療所にて医系学生合同企画を開催しました。医系学生合同企画とは、医・看・薬・リハ・歯等の医療系学生向けの企画で、各分野の学生が一堂に会し学び交流する企画です。今回は医学生1名、看学生4名、薬学生1名の計6名の参加がありました。

当日は「“治す医療”のその先へ ～みんなで始める緩和ケア～」をテーマに加納直専攻医より講演いただき、質疑応答、少人数でのディスカッションを行いました。参加した学生さんより「学校の授業で習った内容に加えて実際の現場の状況や対応の話を聴くことが出来てよかった。」との感想がありました。



今後も医療系の学生さん達と学びを深める機会を作りたいと思います。

お問い合わせやご紹介は、和歌山県民医連・医学生担当（TEL 073-441-5090）まで、ご連絡ください。

読者のひろば

美味しい葡萄ができました

家庭菜園、2年前から実り出したデラウェア。今年は種無しに挑戦しました。結果はまあ初めての事なのでこんなものかな？

無農薬栽培は黄金虫との戦いですが甘くて美味しい葡萄ができました。

和歌山市　（ペンネーム）武蔵小次郎

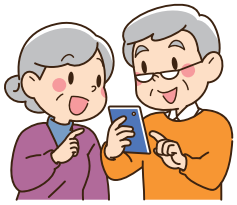


健くら配布はお会いして

今回の健くら配布、署名用紙と募金封筒が入っていましたので、例年のようにお会いしてご協力をお願いして、早速事務局へお届けしました。原水爆禁止世界大会へのご参加、猛暑のなかですがお願いします。

岩出市　山林恵美子さん

とても無理！と思っていたけれど



スマホサークルに参加させてもらっています。先生の「100回聞いても怒らない」のお話の通り、根気強く教えていただき、初心者にとっては本当にうれしいです。おかげさまで「とても無理！」と思っていた操作も「がんばって挑戦しよう！」という気になれました。これからもよろしくお願いします。

和歌山市　神谷米子さん



暑さに負けないニチニチソウの花

今年の夏は本当に暑く〝危険な暑さ〟が続く毎日です。

昨年咲いたニチニチソウの花のこぼれた種が芽を出し、今、ピンクや白の可愛い花を咲かせています。暑さに負けずしっかり生きる力を教えてくれているようです。

岩出市　藤田ゆりさん



全世界にお願い!!

戦争がたえません。お互い血を流すのはやめよう。地球は非常事態、戦争より温暖化対策に、全世界にお願いします。

和歌山市　渡辺幸男さん

診　療　案　内

和歌山生協病院

受付/午前　全予約制　午後　全予約制
発熱外来の受付/午前9:00～11:30
小児科診察/午前8:00～11:00
/午後　予約制
/夜診4:00～6:30

	午前	午後	小児科		
	予約診		午前	午後	夜診
月		土生（第4）	佐藤	アレルギー特診（予約制）	佐藤
火	畑		佐藤		
水	畑		佐藤	予育て・発達外来（予約制）	細部
木			佐藤/細部		
金		畑	佐藤	予防接種（予約制）	佐藤
土			不定期		

和歌山生協病院附属診療所

受付/午前8:00～11:30　午後1:00～3:00　夜診5:00～7:00
診療開始/午前9:00～　夜診5:00～
整形外科の診察開始/午前9:00～　午後1:00～
皮膚科の受付/午前8:00～11:00

	午前					午前/午後	午前	午後	夜診
	内科				外科	整形外科	皮膚科	内科特診	内科
	新患	予約診							
月	細部/出口	小西	藏本	福島	田端	平井（午前のみ）	診察	三谷/松岡	小西/喘息
火	小西/細部/平本	古田/出口	三谷		上垣内	久保（午後のみ）		坂口/土生/膠原病/アレルギー	
水	小西/細部	内田			田端				松岡/小西
木	小西/細部/小形	土生	（第1・3）古田		上垣内		辻岡	（第2・4）古田	
金	内田/細川	古田	坂口	小西/藏本	田端			福島	特診（予約制）土生/交代診療
土	交代診療								

生協芦原診療所

受付/午前8:30～12:00
夜診4:30～7:00
診療開始/午前9:00～
夜診5:00～

	午前	夜診
月	山本	
火	山本	
水	山本	山本
木	山本	
金	山本	
土		

河西診療所

受付/午前8:30～12:00
夜診4:30～7:00
（予約制）
診療開始/午前9:00～
夜診5:00～

	午前	夜診
月	木津	木津（第1・3のみ）
火	木津（検査）（第2・4）	
水	木津	
木	内田	
金	木津	木津（第2・4のみ）
土	第1・3のみ	

おおみや診療所

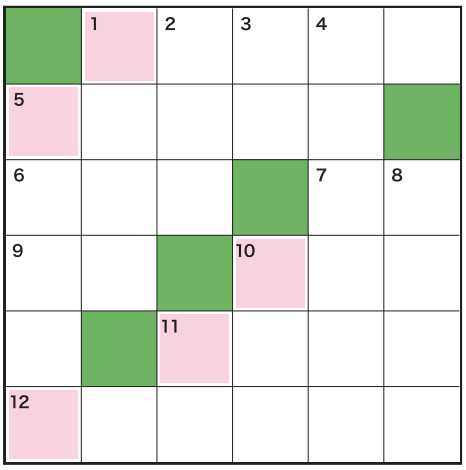
受付/午前8:30～12:00
夜診4:30～7:00
診療開始/午前9:00～
夜診5:00～

	午前	夜診
月	奥村	
火	奥村	奥村
水	奥村	
木	奥村	
金	奥村	奥村
土	奥村	

医師の都合により、診療体制が変わることがあります。詳しくは病院、各診療所へお問い合わせください。
発熱のある方は、受診前に前もって、各診療所へご連絡ください。
時間外の小児科の急患の方は、お電話にてご相談ください。

健くらパズル 懸賞付 No.244

〈解き方〉
ピンク色のマスの5文字をうまく並べると言葉ができます。それが答えです。
ヒント　思い込んでまちがった！



ヨコのキー

1 任務のために現地に派遣された報道局員
5 人生や仕事において最重要で華々しい活躍の場を指す
6 奇抜な質問や一風変わった問題
7 本気、真面目、本当を示す若者言葉
9 時間や時期のおおよそ、あたりを示す接尾語「3時○○でいいかな」
10 賃貸物件を借りる際に貸主に毎月支払う対価
11 物理学と化学の総称
12 鶏肉玉ねぎと米飯を炒めてケチャップで味付け

タテのキー

1 弦楽器などで2つ以上の音を極めて速く反復 連打する演奏技法
2 ある物事をいくつかの基準によって区切って分けること
3 ♪「与作は木を切る…女房は○○を織る」
4 脳で考えている言葉が実際に口から出るとき間違った言葉を発してしまう
5 新しい靴を買おうと試着、店員さんが「○○○○はいかがですか？」
8 縁起が良い、悪いなど科学的根拠はないのに経験則や迷信として自分で思い込んでいること
10 仲間や同類の者、または素行の悪い人を批判してこう呼ぶ
11 元素記号P加工食品の利用が増加しているため、食品添加物に使われている。これの摂取も過剰となり健康問題となっている

〈応募方法〉
できた言葉と住所・氏名・年齢・電話番号等をご記入のうえ、ハガキ、またはメール・ホームページの投稿フォームを活用してご応募ください。正解の方のうち、抽選で5名の方にクオカードをお送りします。
また、紙面へのご意見、身の回りのできごと、短文芸などを書いてお寄せください。掲載させていただいた方には、編集委員会より粗品をお送りします。ご意見等掲載に際し匿名をご希望される方はその旨をお書き添えください。
●〆切／10月末必着
●発表／本紙308号（2027年1月号）
●宛先／8ページに掲載

〈当選者発表〉健くらパズルNo.242の正解は「むじんとう」でした。応募総数76通のうち正解は76通でした。抽選で次の5名にクオカードをお送りします。

岩出市　松房　正浩さん
和歌山市　中谷　恵子さん
和歌山市　加藤　義人さん
和歌山市　吉田佳世子さん
和歌山市　谷口公弥子さん

か	た	■	え	と	く
さ	い	じ	き	■	ま
■	こ	ん	べ	あ	■
は	■	け	ん	ぽ	う
む	げ	ん	■	で	ま
し	き	■	に	ん	き

解答/No.242「むじんとう」

和歌山市内 三十三ヶ寺めぐり㉕



第26番 遍照山（へんじょうざん） 高野寺（こうやでら）

和歌山市西國三十三ヶ所観音霊場の26番目は、遍照山高野寺です。

慶長年間（1596～）高野山興山寺の勢誉（せいよ）法印が開基しました。紀伊国主浅野幸長の命により保田の荘梁瀬（やなせ）の里（旧花園村）から現在の地に移建しました。

ご本尊の弘法大師像は、大師が42歳の時、自らの厄除けのために刻んだもので「厄除け大師」と言われて、多くの人々の信仰を集めています。また梁瀬の里にあった頃、飢饉にみまわれた村人が大師像に願をかけたところ、不毛の地に蔓菜（つるな）という食物が生え人々を救ったということから、別名「不蒔菜（まかずな）の大師」とも呼ばれるようになりました。さらに、昔で言う本町七丁目にあったことから「七丁目のお大師さん」と呼ばれ親しまれていました。

10月21日の「お砂踏み」は、四国八十八ヶ所の寺院のお砂が置かれてあります。それを踏んでお参りすると、八十八ヶ所を巡ったことになるということから、大勢の参拝があります。

高野寺は「ぼけ除け二十四地蔵尊霊場」の第二番寺ともなっています。

※この紹介内容は、第三版和歌山西國三十三ヶ所観音霊場ガイドブック（2010年10月発行）をもとにしています。









第43回 生協まつり開催!!

日時　2026年10月18日(日)
午前10:00～午後3:00

会場　和歌山城 砂の丸広場・西の丸広場

今年も人気の模擬店が大集合！学生さんによる演奏会、マジックショー、ステージ企画やこどもコーナーなど、多彩な催しを計画しています!!

ボランティア紹介

南地区

6支部が順番で「医学生ランチ」



医学生への支援と交流企画「医学生ランチ」は、コロナ禍で手作りを止め、できあいの弁当を配っていましたが、感染が落ち着いた2023年夏に「組合員さんとの医学生ランチを復活させたい。月に1回、料理と学生さんと話してくれる人を出して貰えないか」と担当者から相談が入ります。それを受け南地区では「その曜日ならお喋りしに行けるよ」と言ってくれた支部のみなさんが再び手伝ってくれることになりました。

かつては地区全支部が分担で食事を作り、医学生センターに届けていましたが、久しぶりのランチ会に「高齢化して料理するのはシンドイなあ」と、最終的に「ハードル上げやんとカレーでいいやん。持ち回りで年に1回なら作れるんちゃうかな」の意見から、ひとまず6支部が順番で簡単な食事を作ることにしました。

再開後、喜んで食べてくれる医学生さんの様子や、できあい弁当の時は来なくても組合員さんのランチ会には来てくれる学生さんがいると聞いて励みになり、みなさん「これで生協のお医者さんが増えたらいいなあ」とボランティアを続けてくれています。



当初は料理のハードルを少し下げて再スタートしましたが、お話し担当の組合員さんが副菜を追加で添えてくれたり、協力者が多い支部では豪勢なメニューを作ってくれたりすることもあります。準備は大変だけど、組合員のみなさんも楽しみながら「医学生ランチ」を支えてくれています。

※これまでのメニューの一部を紹介します。5月は“煮込みハンバーグ(芦診デイサービスで作った玉ねぎを使用)、エンドウ(組合員さんが育てて収穫)と高野豆腐(絹ごしの珍しいもの)の卵とじ、加太のわかめと豆腐と揚げの味噌汁、筍の煮物、ゴールデンキウイとキヨミ”という旬の物、和歌山産の物を沢山作ってくれました。とっても美味しかったそうですよ。

秋鮭ときのこのクリームドリア

ためしてクッキング 177



★つくった人からひと言

3種類のきのこをたっぷり使用しました。バターでしんなりするまで炒めることで、かさも減り食物繊維を多く摂取することができます。家族団らんの1品にいかがでしょうか?



エネルギー /637 kcal　塩分 /2.7g

材料(5人分) ※料理とレシピは、和歌山生協病院食養課。

●クリームソース
- ホワイトソース缶…1缶
- 牛乳…… 270cc
- 生クリーム…… 30cc
- 塩コショウ…大さじ1/2
- 秋鮭(骨なし)…3切
- まいたけ…1パック
- しめじ……1パック
- エリンギ…1パック
- バター…… 5g

●バターライス
- 玉ねぎ…1/2玉
- バター……30g
- ご飯…… 2合
  (かためのほうがおすすめです)
- チーズ…… 200g
- 粉パセリ… 少々
- ブラックペッパー… 少々

〈作り方〉

1. クリームソースの材料を混ぜわせる。
2. 秋鮭は細かく一口大に切り、オーブンで200℃15分で焼いておく。
3. きのこ類を食べやすい大きさに切り分ける。
4. フライパンにバターを入れ、きのこ類を炒める。しんなりしたら、クリームソースの材料加え加熱する。
5. 玉ねぎは粗目のみじん切りにする。
6. 熱したフライパンにバターをとかし、玉ねぎを炒める。具材に火が通ればご飯を入れてさっと混ぜ合わせる。
7. 大きめの耐熱容器にバターライスをしき、きのこの入ったクリームソースをかける。秋鮭を飾りのせ、チーズをのせ予熱したオーブンで200℃15分焼く。チーズに焦げ目がついたら、粉パセリ・ブラックペッパーを振って完成です。

編集後記

「40度超えは酷暑日」という言葉が現実となった2026年の夏、すでに国内の多くの都市でこの基準を超える危険な暑さが観測されている。かつては夏の風物詩だった学校のプール授業さえ、今や「運動の効能より健康被害のリスクが勝る」として中止が相次ぐ事態だ。わずか10年前には想像もつかなかった異常な光景が、私たちの日常になりつつある。

この危機は日本に留まらない。これまで冷涼でエアコンの習慣すらなかったヨーロッパ各地では熱中症による死者が急増し、フランスやスペインでは猛暑と乾燥による大規模な山火事が猛威を振るっている。さらに世界規模で台風や嵐が巨大化し、各地に甚大な被害をもたらしている。

これほど過酷な現実を前にしてもなお、アメリカの国家元首のように、地球温暖化を「フェイク」や「最大の詐欺」と言い飛ばし、環境規制を撤回するリーダーが存在する。しかし、目の前で起きている惨状をデマだと笑い飛ばすことなど、本当にできるのだろうか。

地球温暖化の原因は、私たちが利便性のために続けてきた化石燃料の大量消費と自然破壊にある。人類がこの先も安全に、健やかに生き抜くために。今こそ従来の生活スタイルを見直し、地球に優しい生き方へ舵を切るべき岐路に立っているのではないだろうか。(K)

〒640-8390
和歌山市有本一三八一一四
和歌山中央医療生協
「健康とくらし」
編集委員会

※パズルの答え、ご意見・ご連絡は左記まで。または、QRコードで。