



受付だより



みなさん、こんにちは。あまりにも呆気なく明けてしまった今年の梅雨、途端にセミの声が聞こえ前倒しでやってきた夏はその分長く、8月が2か月あるような猛暑に晒され体調を崩してはいませんか。水分をこまめに摂り、屋外へ出る際の暑さ対策をしっかり行いましょう。

危険な暑さが続いています。暑さで食欲が落ち、冷麦など単品で済ませていませんか、夏バテに陥る典型的なコースです。こんな時だからこそ、しっかりと食べて免疫力の保持に努めて下さい。暑いと台所に立って煮炊きするのも大変です。夏休み中のお子さんの食事が増えてますます大変、時には上手に手抜きをしてください。しかし楽しい夏休みといっても、普段通りの時間に起きて、普段通りの時間に就寝が基本ですが、毎日のハミガキも忘れないようにしましょう。学校とは違い家では冷蔵庫の中には清涼飲料水が、甘いお菓子が好きなタイミングで手に入る環境であるといえます。つまり虫歯のリスクが高くなってしまうのです。虫歯は口の中の細菌が引き起こす感染症ですが、正しくハミガキを行うことで十分予防ができます。上手に磨けるようになるまでの小学生の間は仕上げ磨きをしてあげて下さいね。

大人は虫歯に加え、歯周病もケアしなければなりません。柔らかい毛先と毛束の多さで歯肉のマッサージにも適した「ブロスベックコンパクトスリム」がおすすめです。歯科検診も併せて行いお口の健康を守りましょう。

(歯科コンシェルジュ 菊地正子)



新聞周りの口で囲まれた空間には、フィリピンボランティア活動における協賛者名が記名されます。私たちのこの活動は、みなさんの善意(募金)のみで全ての運営をまかなっているのが現状です。物資輸送費や現地活動費は多額の資金を必要としています。そこで、

きれいな歯並び123!

「後戻りとは？」

矯正治療後、きれいになった歯並びが元に戻ってしまうことを後戻りといいます。

なぜ後戻りが起こってしまうのでしょうか?

それは歯は一生「変化」し続けているからです。歯は生えてきた後、ずっと同じ形で同じ場所にあるわけではありません。誰の歯も常に少しずつ、形や位置が変化していきます。歯は奥歯から前歯に向かって力が加わるため、噛み合わせや歯の高さが変わると、それに合わせて位置も少しずつズレていきます。眠っている間の歯ぎしりや歯の食いしばり癖など、口や舌、あごの動きの習慣も、歯並びに少なからず影響を与えるとされています。

矯正治療で歯を動かすときには、まず歯を支えている骨が吸収されて歯が移動し、動いた場所新たに骨が形成され、固定化されます。矯正治療が終了したばかりの歯の根の周囲の骨はまだ弱く不安定なため、歯は普段よりもずっと動きやすい状態です。その

会社名やサークル、個人名、インシャルなど、どんな名称でもかまいません。30000円の協賛をして下さる方を募集しています。尚、協賛金は全額ボランティア活動に寄付されます。詳しくは、スタッフまでお尋ね下さい。皆さんのご協力をよろしくお願い致します。

状態で食事をしたり、以前の習慣のままの口やあごの動きを続けると、歯が後戻りしてしまうのです。

その後戻りを防ぐために治療終了後に行うのが、保定装置(リテーナー)の装着です。きれいになった歯並びを安定・維持させるうえで必要不可欠なものとなります。リテーナーの装着期間は、個人差はありますが当院では平均して3、4年とお話しております。

しかし、それでも歯は一生変化しているため、後戻りが起きないわけではありません。気になる方は是非ご相談下さい。

金金を接着する
タイプのリテーナーです😊



(歯科衛生士 北島紗希)



ボランティア インフォメーション

2019年度「ハローアルソン・フィリピン医療ボランティア」 全国各地から今年も沢山の高校生が参加を希望してくれています！

昨年の参加人数の約半数は高校生となり、たくさんの募金が必要となっています。

当院の販売コーナーには『募金になるように。』と患者さんが作って下さる手作りの物がたくさん
 並んでおります★

このボランティア活動は、高校生の渡航費・現地での薬剤の購入費
 材料費まで全て皆様からの募金でまかなわれています。

皆様の温かいご協力をお願いいたします。



アクリル毛糸のステッキ **¥100**

患者さん Hさんのご主人が作って
 下さいます。アクリルの毛糸は、
 洗剤不用・茶いぶが落ちる!!
 等の効果があつたそうです☆



患者さん Hさん作
 那須高原の水彩画ポストカード
 四季折々の素晴らしい那須を
 ギュッと詰めた作品です☆
 私は「大同のぶち」が大好きです♡

5枚入り ¥500

「禁煙外来の先生」

禁煙外来に携わり20年、や
 ればやるほど面白く、奥深く、
 やりがいを感じるという先生が
 いらっしゃる。沖縄大学の
 山代寛副学長です。大学勤務の
 傍ら、土日はクリニックで禁煙
 外来のお手伝いをされています。
 かつてはニコチンパッチの処
 方、主な治療でしたが、ニコチ
 ンパッチではやめられない患者
 さんが大勢いたそうです。そこ
 ろがその人たちは禁煙をあきら
 めず、2008年に発売された
 チャンピックスによってどんど
 ん禁煙に成功していったそう
 です。山代先生によると、その結
 果はチャンピックスの効能だけ
 ではなく、人間ドック受診者を
 うまく禁煙外来に誘導したこと
 や、問診を担当する看護師や調
 剤薬局の薬剤師などの医療チー
 ムから禁煙をあきらめらるなど
 いうメッセージが伝わっているこ
 とも関係しているそうです。

語る患者さんもういたそうです。
 禁煙は単に身体のためにタバ
 コをやめることではなく、ニコ
 チンに奪われていた幸せを取り
 戻すことができる、人生まで変
 えてしまうような出来事である
 と思わされる出会いがたくさん
 あった。これが禁煙外来は面白
 いと感じる一番の理由だそうです。
 初診の患者さんには「ここ
 を受診しただけで禁煙は半分以上
 成功しています。何も怖がる
 ことはありませんし何も失うも
 のはありません。今まで禁煙し
 て損したという方と出会ったこ
 とはありませんから心配ないで
 すよ」と伝え、裏切られたと言
 われたことは一度もないそう
 です。

とても興味深いお話でした。
 何も怖がらず何も心配せず、禁
 煙の一步を踏み出してみてはい
 かがでしょうか。

(歯科助手
 大森ちひろ)





¥600

今年の猛暑に
負けぬよう、三昧に
たっぷりのお塩と夏バテ
対策を!!!

宮古島のおじい
のお塩は、奥落し
トンのオススの品



奥落しTシャツ

この手編みのレースは、すぐ
完売してしまう程の人気です!
柄も1つ、違うので、お気に入りを見
つけてみてはいかがでしょうか?

¥500~

小原みきさん1作

大谷石に絵を描く、大谷石アート

で人気の小原さんの絵は、
"スマイル"が人気 3枚100円
のステッカーもぜひご購入下さい



歯っとして...Q!

『歯の神経を抜いても痛みを感じるのはどうして?』

虫歯が大きくなり、歯の神経を抜く治療を経験された方は多くいらっしゃると思いますが、神経が無いのにも関わらず痛みを感じ不安になった経験はありませんか?

歯の神経の事を歯科では、「歯髄(しずい)」と言います。この歯髄は歯の中心部にある組織で、歯に加わる刺激を感じる感覚機能の他に、歯への栄養供給も行います。この歯髄が何らかの刺激で変性したり、抜く治療を受けたりすると、歯への栄養供給や防御反応が無くなるため、歯がもろくなると言われています。ではどうして神経(歯髄)を取り除いた歯が痛むのでしょうか。

歯の神経は歯の中だけでなく、その周りの組織にも通っています。神経を抜く治療は、専用の器具で歯の中にある神経を引きちぎるようにして取り除くため、その断面が治るまで痛みを感じる場合があります。また歯の根の周りに波及した炎症で痛みを感じることも

あり、状態が落ち着くまで時間を要することがあります。

さらに歯の根の形の違いも原因の一つに挙げられます。根と同様にまっすぐな形をしていて器具を使って簡単に治療が出来る方もいれば、根の形が湾曲していて器具や薬を使っても治療が難しい方もいらっしゃいます。

神経が枝状に細かく分かれた形や複雑な形をしていると、神経や細菌をすべて取り除くことが出来なかった場合、痛みを感じる場合があります。症状がありご心配な方は、お尋ね下さい。



根の形に添って
神経が通って
います!

(歯科衛生士 黒川淳子)





ひまわり先生 心の処方箋



「台風と喘息について」

毎日、各地で猛暑が続くなか、今度は台風12号が発生して日本列島を直撃する予報がでています。そこで今回は台風と喘息の関係についてお話をさせていただきます。

台風が近づいて来ると喘息が悪化したり頭痛がひどくなる方が多く見受けられます。実際に私の薬局にもそのような症状で来局される方が多いです。(症状がよくなると自己判断で治療を止めてしまっている方が多い)

なぜ、台風が近づくと具合が悪くなるのでしょうか。これには幾つか説があります。

- ①気圧が下がることで血管が膨張して、気道粘膜からの分泌液(痰など)も増えることで気道が狭くなって喘息発作に繋がるという説。
- ②気圧が低下するときに地中でラジウムが崩壊して、それによって生じる気体が放出されるために喘息症状が悪化するという説。

気圧が高くなることで悪化するケースも報告されているので一概には言えませんが低気圧の

接近で悪化するケースが多いので思い当たる人はその前に備えておくことも必要です。

対策としては喘息やまた喘息症状が出ていなくても治療をしっかり継続することが最も重要です。喘息の発作が出なくなった後も、通常の気管支の状態に戻るまでは時間がかかります。外から見た感じ治っているように見えても気管支が治りきっていない場合があります。医師のOKが出るまでは根気よく治療を継続してください。気管支の状態がよければ低気圧が近づいても、ひどい喘息発作を起こす確率は低くなります。

気圧の変動が激しい時期は、喘息症状が安定していても治療を継続することが大切です。

気象の変化の影響を避けることは難しいが、気象の変化による喘息の状態を予測して予防を行うことができます。気温の変化に合わせて服装を調節したり、室内の保湿に注意したり、マスクを着用するなどの心がけも大切です。

(ひまわり薬局薬剤師 白井博文)



パワフル衛生士のわ・歯・歯教室

「夏バテ」

今年は6月に異例の梅雨明け発表があり、7月は蒸し暑い日が多く、沢山の方が熱中症で運ばれたというニュースを何度も見ました。そして8月に突入です。皆さん、夏バテしていませんか？

夏は水分補給が大切です。人間の体は体重の60〜70%の水分で出来ているからです。汗は1日でペットボトル約4本分もかいているので、水分が足りないといふ熱中症になってしまう危険があるからです。

一時的な夏バテ、実は口腔内にも関係のある事で、口臭、虫歯、歯周病、にまで影響してしまうのです。夏バテすると免疫力が低下し、口腔内の細菌の活動が活発になります。歯周病菌に対する免疫力が落ちてしまい、歯周病が進行しやすくなります。また、普段は唾液の自浄作用で細菌の繁殖を抑えられていても、沢山汗をかく夏は体内の水分不足で唾液の量も減少し、自浄作用が低下するのです。

舌に付いた汚れは「舌苔」の上で繁殖し、硫化水素のような臭いを出します。口臭が唾液の分泌低下で起きている場合は、水分補給のほかに唾液腺を刺激する「唾液腺マッサージ」「ガムを噛む」ことも有効ですが、一番は舌も磨くことで予防になります。

夏はいつも以上に口臭、虫歯、歯周病が悪化する危険性があります。普段から歯肉のマッサージをして歯肉を引き締め、歯垢をきれいに取り除きましようとお話しさせて頂いています。この時期は、より丁寧なホームケアを行います。

(歯科衛生士 藤田友希子)



佐野もみの木

優しいハワイの風

豊かさの本当の意味

感謝・Nika

紅秀峰

ご無事を祈念いたしております

仲良し三人組

侑空 & 青空

MANA

G.

平成3年度黒磯高校3年3組

風

榮

Y・S

株式会社 アマガイ

さよ子

仲良し夫婦



容子の歯なまるレシピ



みなさんこんにちは。毎日暑い日が続きますが体調は大丈夫ですか？今月は体を冷やす効果があると言われている「きゅうり」のレシピをご紹介します。

きゅうり 効能

きゅうりの95%は水分で構成されており体を冷やす効果があります。ほとんどが水分なのですが、その中でカリウムという栄養素が含まれており、体内の余分な塩分を排出する効果もあります。余分な塩分を排出する事により、高血圧の予防やむくみの解消にもつながります。



きゅうりと香味野菜のさっぱりサラダ



材料

きゅうり	1本
みょうが	3つ
青じそ	5枚
玉ねぎ	4分の1
☆マヨネーズ	大さじ1
☆ほんだし	ひとつまみ
☆カツオ節	お好みで
☆黒胡椒	お好みで

作り方

- 1 きゅうりを小口切りにして塩もみをし、10分おいて水気をしっかり切る
- 2 玉ねぎと青じそを千切り、みょうがを小口切りにする
- 3 全ての野菜と☆の調味料をまぜ合わせる



野菜のさっぱり感とマヨネーズにほんだしを加えた「こく」が混ざりあって、止まらない美味しさです！今が旬のみょうがは、体内にたまった熱を出す効果があります！是非、お試しください。

院長評価 味→★

手軽さ→★

コスト→★

スタッフ評価 味→★★★★

手軽さ→★★★★

コスト→★★★★

～☆院長コメント☆～

「結局はマヨキューです。色々を入れたみたいですが…もう一度言います。結局はマヨキューです。」

(歯科助手 平山 容子)



先日、娘の学校行事である親子学習会がありました。その内容は『親子歯磨き学習会』で、講師の歯科衛生士さんから親子で一緒にブラッシングの仕方や予防について学ぶというものでした。

私も歯科衛生士である為、同業者の話を聞くという事に正直複雑な気持ちでいました。しかし、当院の副院長も歯科医師でありながらも過去に、やはりお子さんの学校行事で歯磨き指導のお話を聞いた事があると伺い、これも学習の一つと思い直して参加して来しました。

小学生に向けて、講師の先生は興味を持たせるよう分かりやすく、紙芝居で歯の構造についてお話をされていました。

そして、虫歯や歯茎の病気になる原因が、虫歯のバイ菌の「うんち」で、茶色のうんちだとすぐにバレてしまうから、あえて白い色のうんちをするんだと、デンタルブラークをバイ菌のうんちに例えて説明をされていました。そんな汚い物だから、自然としっかり歯磨きで落としたいくなりますね。しかも小学生といえ、うんちドリップが売れるように、「うんち」にすごく食いつきます。これには私も目からウロコでした。

子供達はもちろんのこと、私も勉強させて頂きました！

「親子歯磨き学習会」



楽しい歯話



(歯科衛生士 菊地久美子)



「その根っこを残します!」

被せ物が取れて歯が欠けてしまい、もう差し歯に出来ない時、歯の欠損した部分には義歯(入れ歯)を入れることになりました。
 そんな時、被せ物が取れて残った歯の根っこはどうするの? いいのでしょうか?
 グラグラしてきた歯...よく噛めないから抜いて義歯にする...。その方がいいのでしょうか? いえいえ、その根っこは残します。
 差し歯として使えなくても、痛みや腫れがなければ抜く必要ありません。グラグラしているなら歯冠(歯の頭の部分)を削って支点を低くすれば、グラつきも少なくなります。そうして残した根っこの上に義歯を入れてあげる方が体にとって良いのです。
 このような義歯を残根上義歯といいます。残根上義歯のメリットは、残っている根っこが噛んだ刺激を脳に伝える役割をする、噛む力が伝わり顎の骨が痩せにくい、根っこにキャップを



被せたり、または磁石をつけて、義歯の維持力を高める等がありますが、やはり最大のメリットは「歯根膜」を残せるという事です。
 歯根膜とは、歯の根っこと歯を支えている骨の間にあるクッションのような組織です。歯根膜は咬む刺激を伝え、栄養を運ぶ神経が通るなど、歯やお口にとって大変重要な身体一部分なのです。
 たとえ、小さな歯のかけらとなっても大切な役割があるの、なるべく歯を抜かない事、そしてもし歯が欠損してしまったら適切な義歯を入れることをお勧めします。

(歯科衛生士 小柳かおり)



技工士 朝乃のフィリピン奮闘記

「スラムでの入れ歯」

今回は日本での入れ歯製作の様子とスラムでの入れ歯製作のの違いについてお話します。
 まず始めに「日本での治療」と「スラムでの治療」の大きな違いは、継続的に治療が行えるかどうかです。
 日本で総入れ歯を製作するときには、完成までに3回ほど来院してもらい、患者さんとこのような見目で良いのかを話し合い、入れ歯が完成となります。
 しかし、スラムでは1日の医療活動の中で入れ歯を完成させなければなりません。そして、また多くの人々が入れ歯を必要としています。
 ですので、製作時間を短くするためにも現地活動で入れ歯を製作する際には、「連結歯」と言われるものを使い、入れ歯作りを行います。日本で入れ歯を製作する際には、歯を1つずつ並べていきます。しかし、現地活動のように限られた時間の中で入れ歯の製作を行うには、連結歯がとても役

立ってきます。なぜなら、全ての歯が連なっていることで時間の短縮となり、多くの入れ歯を製作することが可能になるからです。
 このような現地活動を行ううえでの材料費は、皆様からの募金で全てまかなわれています。ご協力の方、宜しくお願い致します。



「連結歯」
 模型を型取りし
 樹脂を流し込み
 作製します☆

(歯科技工士 榎本朝乃)



超高齢社会に向けて
お悩み相談室

「慰霊」

私が介護の仕事をしていて一番つらいことは、「早く死にたい」と言われることです。「そうですか、それではどうぞ」とも言えないし、とは言え、私が軽々しく「そんなことないですよ、長生きして下さい」とも言えなくて、つい黙り込んでしまふのです。「そうですね、死にたいほど苦しいんですね」と受け止めてあげることが大切などと教科書には書いてあるが、これとて何もしないで書いたら心苦しさを、ちっとも軽くはしてくれません。1日でも長く幸せに過ごしていただけたらいい、働いているのが私たち介護の仕事なのだから、それが嫌だと言われると、元も子もなく言葉に詰まってしまふのです。

しかし、そんな中で合ったKさんの「早く死にたい」は普通とは違っていました。彼女は死を前向きに、待ち遠しように、まるでワクワクしているようにさえ語るのです。彼女が私にハッキリと「天国に行くのが楽しみだ」と言ったのです。私は少し驚いてその理由を尋ねると、彼女は、戦争の時に幼くして失った長男が天国で待っているからだと言いました。亡くなった当時のままで長男は彼女を待っているらしく、天国で長男と再会し、子育てがまたしたいと、彼女は言ったのです。

彼女には戦後に生まれた子どもたちがいて、たくさんのお孫さんにも囲まれて幸せに暮らしていました。そんな彼女の胸の底にずっと取り残されていたものが、その長男だったのです。

私 「そうですね、向こうで会えるといいですね」

Kさん 「何もしてあげられなかったからねえ。長いこと待たせてしまったなあ」

と、Kさんはニコニコしながらつぶやいたのです。

あの焦土と化した大東亜戦争の中で一体どんな別れが二人に訪れたのかを、私は知りません。もちろん、彼女も語りません。でも、彼女が微笑みさえ浮かべて「早く天国に行きたい」と語る明るい透明感は、きっと彼女が背負って歩いてきた十字架の重さの裏返しだと思ふと、私はやはり言葉に詰まってしまうのです。

八月十五日は、終戦記念日。彼女は今頃天国で、念願だった長男との再会を果たし、思いっきり子育てを楽しんでいることでしょう。

(栃木県認知症
介護指導者
庄司康善)

h5v3v8@bma.biglobe.ne.jp ←介護のことでお悩みの方は、直接庄司さんまでお問い合わせ下さい。

今月のカレンダー

8月	日	月	火	水	木	金	土
の予定				1 休	2 O/O	3 O/O	4 O/O
表示の見方	5 O/1	6 O/O	7 O・往	8 休	9 休	10 休	11 休
○…診療 休…休診 往…往診 講…講演 学…学会 勉…勉強会	12 休	13 休	14 休	15 休	16 O/O	17 O/O	18 O/O
	19 O/1	20 O/O	21 O・往	22 休	23 O/O	24 O/O	25 O/16
O/1… 午前のみ	26 休	27 O/O	28 O・往	29 休	30 O/O	31 O/O	
<診療時間>			午前 午後 日曜のみ	9:30 ~ 13:00 15:00 ~ 19:30 13:00 まで	<往診日>火曜午後 <休診日>水曜日・祝祭日		

ハロアルTシャツ!!
これを着なきゃもったいない!!

私達も着用しているハロアルTシャツ！
派手な色が多い…と思っはいませんか？
今年は普段着で着て頂けるようにたくさん色・サイズをそろえております！
家族で・部活のみんなでお揃い☆なんてキュートに着こなしてみては♪

私はこんなサイズ・色が欲しいなどございましたら
来年度の参考にさせていただきます！
お気軽にスタッフまで
お声掛け下さい★



1枚¥2,000

院長手記

「環境問題」

先月、西日本を大変な豪雨が襲った。死者225人、未だ13人の方の行方が分からない。被災に合われた方々に心からのお悔やみを申し上げると共に、どうかこれから続く猛暑日に体調など崩さぬようご留意して頂きたい。

しかし、毎回このような災害があったとき、自然の驚異はもろろのこと改めて人間の無力さを痛感せざるを得ない。テレビから見るあの街一面に氾濫した川や荒れ狂うかのように流れる土砂を目の前にすると人間が作り上げた「文明」というものがいかに脆いかを痛切に感じる。

そして、もつとも心を痛めるのはやはり何の罪もない「子供たち」が犠牲になることだ。

涙をこらえ必死に我が子を探す母親や、目の前の土砂に同級生がいるかもしれないと、一生懸命高校生たちが友達のために救出作業を手伝っている姿を見ると胸が締め付けられる思いになる。これから沢山の夢や希望に満ち溢れ無限の可能性を秘めた若者の死は単に「災害」という人間にはどうしようもない「神の域」のような結論で終わらせてはいけないと思う。

多くの人たちがすでに気づき、思っていると思う。この災害だけではない。連日の猛暑や年々増加する異常気象は「自然災害」ではなく私たち全人類による「人災」だからだ。

今回の豪雨がそれに当てはまるかどうか私は専門家ではないので確証することはできない。しかし私が子供の時代に「命の危険に関わる暑さ」「できるだけ外出を控える」「などという言葉を聞いたことがない。夏休みは毎日川やプールで真っ黒になるまで遊んでいたが、今では熱中症の危険の為に学校のプールが中止になるほどだ。もはや30度越えは当たり前の毎日だが本当にあと数年後、数十年後の地球はいったいどうなってしまうのか。

「地球温暖化」に残された時間は本当にわずかだというのに、アメリカをはじめ世界各国、しかもいわゆる「豊かな国」の足並みは揃っていない。

私はそんな時いつもある方の言葉を思い出す。

日本でも有名となった前ウルグアイ大統領「ホセ・ムヒカ」氏、「世界一貧しい国の大統領」と呼ばれた氏が2012年6月ブラジルのリオデジャネイロで開催された「リオ+20国連 持続可能な開発会議」の中で発した演説だ。

議題は「人間はどうしたら、これからも発展しながら地球環境を守っていけるのか？」というものだったが、小国であるウルグアイ代表の演説に注目する国はほとんどいなかった。

そんな中、氏は静かに壇上にあがり、各国代表への謝辞から演説を始めた。

その内容は当たり前のことを当たり前に発言し、しかしその当たり前がなぜ私たちにできないのかを、優しい口調で尊厳と愛をもって全世界に発せられた。

その内容は先進国だけではなく、今を生きている私たちの未来を担う子供たちのために私たちが何をしなければならぬのかを深く考えさせるものだった。

ここにその全文をご紹介します。

「この場に出席されている世界各国の代表の皆さん。ありがとうございます。

お招きいただいたブラジル国民、そして大統領閣下に感謝します。これまでに発言された全ての方々が表明された誠意にも大いに感謝します。

いち国家主導者として、貧しい人々のための取り決め作りに仲間として共に参加することを表明いたします。

しかし、私たちにもいくつか声高らかに質問することをお願いしたい。

今日の午後ずっと私たちは『持続的な発展』と『膨大な数の貧困者対策』を話し合ってきました。

けれど、私たちの本音は何でしょう？ 今の発展を続けることが本当に豊かなのでしょか？

質問させてください。

もしドイツ人が一家族ごとに持っているほどの車を、インド人もまた持つとしたら、この地球はどうなってしまうのでしょうか？ 私たちが呼吸できる酸素は残されるのでしょうか？

もつとはつきり言います。例えば、最も裕福な西側諸国と同じようなレベルで、70億、80億の人に消費と浪費が許されるとしたら、それを支えるだけの資源が今の世界にあるのでしょうか？

それは可能でしょうか。それとも別の議論が必要ですか？

今のこの文明を作ったのは私たちです。

私たちは市場と競争社会から文明という落とし子を生み出し、物質面での驚異的な進歩をもたらしました。

そして市場経済は市場社会を作り出し、それを世界規模に拡大してしまいました。いわゆるグローバリズムです。

そのグローバリズムを私たちはコントロールできていますか？
逆にコントロールされてはいないでしょうか。

こんな残酷な競争で成り立つ社会で「みんな世界を良くしていこう」なんて議論が本当にできるのでしょうか。

私たちは本当に仲間なのですか？

私はこの会議を否定するために言っているわけではありません。逆です。

我々が今挑戦しようとする目の前の巨大な困難は決して環境問題ではなく、明らかに政治の問題なのです。

人類は今消費社会をコントロールできない。逆に人類のほうがある強力な力に支配されているのです。

我々は発展するためにこの地球上にやつ

てきたわけではありません。幸せになるためにやってきたのです。

人生は短く、あつという間です。

しかし、その人生こそが何より価値のあるもののなのです。

余計なものを買うために、もつともつと働いて人生をすり減らしているのは、消費が「社会のモーター」となっているからです。

なぜなら、消費が止まれば経済がマヒしてしまい、経済がマヒすれば不況というお化けが我々の前に姿を現します。

しかし、今この行き過ぎた消費主義こそが地球を傷つけ、さらなる消費を促しています。

商品の寿命を縮めできるだけ多く売ろうとする。

今の社会は1000時間もつような電球は作ってはいけません。本当は10万時間、20万時間のもつ電球はあるのにそんなものは作らない。

なぜなら我々はもつと働き、もつと売るために「使い捨て文明」を支える悪循環の中にいるからです。

これは政治問題です。

我々は今までと違う文化のために戦い始めなければならぬ。

石器時代に戻ろうとは言っていません。

このままずるずると消費主義に支配されるわけにはいけません。私たちが消費主義をコントロールしなければならぬと言っ

ているのです。

ですから、私はこれが政治問題と言いました。

とても謙虚な思いからです。

かつての賢人たち。エピクロスやセネカそしてマイマラ人たちは次のように言っています。

「貧しい人とは少ししかものを持っていない人ではなく、もつともつとといくらあっても満足しない人のことだ」と。

大切なのは考え方です。だからこそ皆さんとともにこの会議に参加し、国家指導者として皆さんと共に努力をしたいのです。

私の発言は皆さんを怒らせるかもしれない。

しかし気づかなければいけません。

水問題や環境危機がことの本质ではないということ。

見直すべきは我々が築いてきた文明の在り方であり、我々の生き方です。

なぜそう思うのか。

私は環境に恵まれた小さな国の代表です

人口は300万人ほど、いや、もうちょっと320万人ほどかもしれません。

けれど世界で最もおいしい牛が1300万頭、また素晴らしい羊が800万、1000万頭。

食べ物、乳製品、そして肉の輸出国です。国土の90%が有効に使えらるほどの豊かな国なのです。

だからかつて私の仲間たちは8時間労働のために闘い、ついには6時間労働を勝ち取った人もいます。

しかし、そうならたら今度は仕事を二つ持つようになりました。

なぜか？ 沢山の支払いがあるからです。バイクやマイカーのローンを次から次へと支払っているうちに、私のようなりウマチ持ちの老人になつて人生が終わつてしまう。

そして自分に問いかけるのです。

これが私の人生だったのかと。

私が言っているのは基本的なことです。

発展は幸せの邪魔をしてはならない。

発展は

「人類の幸せ」

「愛」

「子育て」

「友達を持つこと」

そして

「必要最低限のもので満足する」ためにあるべきものなのです。

なぜなら、それこそが一番大事な宝物なのだから。

環境のために闘うのなら一番大切なのは人類が幸せであることを忘れてはなりません。

ありがとう。」

もし、この演説のように私たちの消費主義が環境破壊をもたらし、この地球を傷つけ、その結末がああ西日本豪雨であり連日の猛暑日であるならば……。夢半ばにして未来を失った尊い高校生の命は決して「自然災害ではない」……。

日本中いたるところに自動販売機があり、どんな地区に行ってもたいてい深夜まで営業するコンビニがあり、たった1つのスマホのケースが翌日には宅急便で届いてしまう。

あらゆるものが有り余り、あらゆるものに満たされ、それでも私たちは「もつともつと」を求めてしまう。

私自身何をして何をやらなければ良いのか到底答えがでない。それでもこの演説のように幸せの意味や豊かさの在り方をみんなで本気になつて取り組まなければ、近い将来、とんでもない世界が待ち受けていることは誰しも気づいているはずだ。

環境問題は政治問題。

そして環境問題は私たち一人一人の人間としての生き方の問題なのだろう……。

しかし、そんなことを言いながらクーラーの効いた心地よい部屋でこの原稿を書いていると思うとつくづく自分が嫌になる。

私がムヒカ氏の年齢になるとき、この地球はいったいどうなっているだろうか……。



受付の募金箱にて、
西日本豪雨の義援金を
集めております。
ご協力よろしく
お願いいたします。