

大阪+知的障害+地域+おもろい=創造

知の知の知の知

社会福祉法人大阪手をつなぐ育成会 社会政策研究所情報誌通算 2583号 2015.8.13 発行

事務局は8月13日から16日まで夏休み。そこで涼しいニュースを集めてみました。【kobi】

夏休み、猛暑も忘れるジョーク集 立川談笑

日本経済新聞 2015年8月12日

夏休み真っ盛り。お盆の帰省ラッシュはいつもの光景ですが、今どきはあふれるほどの外国人観光客が加わって混雑も一層過熱しているように見えます。「くっそ暑いし混んでるし、んもう！」という時。ジョークで息抜きはいかがでしょう。

今回は読みでのある長めのものを並べてみました。



高座に上がる落語家の立川談笑さん

【熊出没、注意】

「さあ、皆さん！ いよいよ山に入ります。熊の出る危険があるところを歩くときには、こんな小さな鈴を一つ、必ず身に着けて下さいね。チリンチリンというこの音が熊を追い払ってくれます。そして歩く時には常に足元を見ましょう。熊のフンがあったら、『この近くに熊がいます！』という目印です。さらに気を引き締めましょうね」

「すみません、ガイドさん。熊のフンの見分け方を教えてください」

「フンをよく見て下さい。熊のフンには、たいてい小さな鈴が入っています」

【パパに会ってほしいの】

「きみと結婚したい。絶対に結婚したいんだ！」

「あたしもそう！ でも、いつも言う通り、まずはパパと会って話をしてほしいの」

「えへへ。黙っててゴメン。実は昨日、君に内緒でパパと二人きりで会ったんだ」

「うっそ！ どんな感じだった？」

「感じのいい人だったよ。酒、強いんだよな。話も合ってやたら盛り上がりちゃった。

俺、ああいう人好きだし、俺もパパにずいぶん気に入られたみたい」

「良かったあ！ それで？」

「やっぱり君の方がいいんだ！」

【どう猛なペット】

「(ピンポン！) あの、突然すみません！ こちらの庭先につないである大きなワンちゃんの飼い主さん、ですか？」

「あらあら！ (慌ててドアを開け) はい？ どうしました！？ まさかお子さんが入り込んで噛(か)まれたとか？ お怪我はありませんか？ 大丈夫でしたか？！」

「あ、それは全然大丈夫です」

「ああ、無事ならよかった。あれはご覧の通り、大きいでしょう。闘犬の大会で何度も優勝して横綱になったくらいです。力は強いしとにかくどう猛な子で。でも何かあったらいけないので、今度頑丈な檻(おり)を買わなくちゃ、なんて相談してたところなんで

す。ご迷惑をかけなかったと聞いて安心しました」

「ご自慢のワンちゃんですよ。本当に申し訳ないことをしました」

「は？」

「いまウチの犬を散歩させてたんです。もちろん普段決して気を緩めることはないんです！ それがちよっと目を離した隙にサッとお宅のお庭に入り込んでしまって。止める間もありませんでした。ガブッとひと噛み。お宅の大切なワンちゃんを死なせてしまいました」

「あはは。まさか。よその犬を噛み殺しこそすれ、うちのが殺されるなんて」

「申し訳ございません」

「(庭の様子を見て)……。ああっ、本当だ。何てことでしょう。あなたの連れてくる犬はいったいどれほど大きくて凶暴な犬なんですか？」

「この子なんです」

「えっ！ トイプードル？ そんなちっぽけなトイプードルがこの闘犬をどうやって殺したっていうんですか！？」

「ガブッとひと噛みしたお宅のワンちゃんが、うちのチビを喉に詰まらせてしまって…」

【人生の先輩いわく】

まずは70代。

「とにかく、眠りが浅いんですな。ちょっとウトウトとしたかと思うと目が覚めて。またいくらか寝たかなあと時計を見ると、まだ6時ですわ。朝だからトイレに行きます。すると、おしっこがチビリチョビリン。ちょこっとしか出ない。その後すぐ行きたくなつて、これまたチビリチョビリン、チョンチョロリン。とまあ、一日中こんなもんです」

これを聞いた80歳。

「まだまだマシだ。80歳にもなってみなされ。ウトウトでも6時まで眠れるなんてうらやましい。床に入って、ゴソゴソして眠れなくて。ゴソゴソ、ゴソゴソ。しょうがないから寝るのを諦めて起き上がると、朝4時だ。それにあんた、トイレに行つたっておしっこどころか大きいのがしたいなあと思つても、まず出ません。1週間に一度あるかどうか。情けない限りで」

「ぶわっはっは！ ひよっこどもが情けない話をするな。わしは、今年98歳だ。よく聞けよ。ウソじゃないぞ！ わしは毎日夜は必ずグッスリ！ たっぷり！ 眠る。目なんぞ覚めやせん。そして朝の7時キツカリに、どばあつとションベンして、すぐまたどばあつとウ●コ垂れる。毎朝必ずだ。そして、すっきりした後目がさめる」

【薬局にて】

「いらっしやいませ、奥様。毎度ありがとうございます。今日は何を差し上げましょうか？」

「毒薬を頂戴」

「……は？」

「毒薬が欲しいの。青酸カリでもヒ素でも構わないわ」

「……何にお使いですか？」

「人を殺すの。早い話、うちの亭主を殺したいの。だから、毒薬を頂戴」

「え？ いや、あの、そ、そういった薬品をお売りする訳にはいきません！」

「殺されても仕方ない理由があるのよ！」

「理由はともかく、お売りできません！ お引き取り下さい」

「じゃあ、この写真を見て。男と女がベッドの中。こっちがウチの亭主。隣にいる女は？」

「私の、妻……ですな」

「毒薬を、頂戴」

「どうも失礼をしました。いやー、処方せんがあるなら先に出して下さいね」

立川談笑(たてかわ・だんしょう) 1965年、東京都江東区で生まれる。海城高校から早稲田大学法学部へ。高校時代は柔道で体を鍛え、大学時代は六法全書で知識を蓄える。

予備校講師など様々なアルバイトを経験し、93年に立川談志に入門。立川談生を名乗る。テレビの情報番組でリポーターを務めながら芸を磨く。96年に二ツ目昇進、2003年に談笑に改名。05年に真打昇進。古典落語をもとにブラックジョークを交えた改作に定評がある。十八番は「居酒屋」を改作した「イラサリメーカー」など。

<今後の予定>都内での独演会は8月18日、9月16日、吉笑(二ツ目)、笑二(同)の弟子2人とともに武蔵野公会堂(東京都武蔵野市)で開く一門会は8月28日、9月25日の予定。

立川談笑HP <http://www.danshou.jp/>



猛暑の名古屋、歩くならどっち 涼しい地下?景色ある地上?

中日新聞 2015年8月4日

猛暑の中、人通りが少ない地上で42・0度を表示する温度計。イラストの下は同じ場所の地下で29・9度=4日午後12時50分(上)と1時17分、名古屋・栄で(今泉慶太撮影)

猛暑が続く東海地方は四日も朝から、うだるような暑さ。名古屋市の中心部にも強い日差しが降り注ぎ、地上の人通りはまばら。一方で、冷房の効いた地下街は大勢の買い物客やビジネスマンが行き来し、一服の涼にほっとした様子だった。

気温三五度を上回る猛暑日が先月三十一日から五日連続で続いている名古屋。名古屋地方气象台によると、四日は午後一時までに三六・〇度に達した。

ただ、都心では観測値よりも暑く感じられる。午後一時ごろ、栄の噴水前で本紙が気温を測ったところ、アスファルトの路面近くで四二・〇度を記録。温度計を持ったまま地下街に下りてみると、気温は二九・九度で、十二度の差があった。

涼しい地下街をスーツ姿で歩いていた就職活動中の愛知大四年、藤村紗衣さん(22)は「印象が大事なので、汗だくで面接を受けるのは避けたい」。ベビーカーを押していた名古屋市東区の主婦堤典子さん(42)は「地下街ならウインドーショッピングもできるし、ゆっくり歩ける」と笑顔で話した。

喫茶店の店長市川慶子さん(54)は「八月は観光客や親子連れなど、人通りが増える。冷たい飲み物がよく出ますよ」と話した。

その頭の上。地上のテレビ塔前で食べ物の屋台を設営していた男性は「誰も歩いてくれないので、商売にならない」と嘆いた。それでも、噴水近くを散歩していた名古屋市緑区の無職山口猛さん(69)は「やっぱり景色が見られるから、地下よりも地上の方がいい」。猛暑の中でそぞろ歩きを楽しんでいた。

噴水の近くの木陰で履歴書を確認していた就職活動中の女子大生(22)は「四十分後に面接。自然の中で気持ちを落ち着かせようと思って」。

气象台によると、名古屋市以外でも岐阜県多治見市で三六・六度、岐阜市で三六・一度と猛暑日となっている。



釧路市でビアガーデン 涼しい夏に「乾杯」



用する長期滞在者も多い。観光客や市民が歓楽街へ足を運ぶきっかけになればと、釧路商工会議所が主催し、今年で4回目。スタートの午後5時半の気温は22・6度。(共同)

共同通信 2015年8月3日
北海道釧路市で始まった「ビアガーデン」で、ビールを楽しむ人たちは3日午後

北海道釧路市の中心部で3日、屋外でビールや熱かんが楽しめる「釧路すえひろビアガーデン」が始まった。ビアガーデンの「ビア」と「冷」を掛け合わせたイベントで、涼しい夏をPR。日が暮れ始めた会場には、「乾杯」の声とジョッキを交わす音が響いた。

釧路市は8月の最高気温の平均が20度台前半で、避暑地に利用

つくばクレオ広場に涼しい壁掛け 学院大生が制作



2015年07月15日
グランプリを獲得したデザインのタペストリーと受賞者の河村藍子さん、準グランプリの長峰ありささん、特別賞の内藤綾香さん(右から) = つくば市吾妻

つくば市吾妻のつくばクレオスクエア1階交流広場を舞台にした筑波学院大の3年生23人参加による空間デザインコンテストで、グランプリに河村藍子さん(20)が決まった。14日に表彰式があり、デザインを基にした涼やかなデザインのタペストリー(壁掛け)が飾られた。8月末まで展示される。

同大と、広場と一体の駐車場を管理するつくば都市交通センターの連携企画。学生が約1カ月掛けて考えたデザインの中から、市民投票や審査委員審査で賞を決めた。

グランプリの作品タイトルは、水族館。夏の涼しさをイメージしたほか、クジラを親子にすることで家族連れも楽しんでもらおうと仕上げた。パソコンソフトで水彩画調に描き、海の中だが温かみの出るよう表現。複数のタペストリーを重ねることで奥行きを出した。

同センターの伊藤節治理事長から賞状を受け取った河村さんは、「市民の皆さんに涼しげな空間を楽しんでいただけるようにデザインしたので、楽しんでいてもらいたい」と喜びを語った。

広場は約100平方メートルの吹き抜け空間で、ベンチがある。「夏の暑い時期を涼しく休憩してもらおう」と同大講師の高嶋啓さんがタペストリーによるデザインコンペを発案した。

準グランプリは長峰ありささん、審査員特別賞は内藤綾香さんが受賞した。全作品はパネルで紹介される。

緑のカーテン涼しい／親子ら環境学習ツアー

四国新聞 2015年7月30日



緑のカーテンの温度を測る子どもたち＝香川県坂出市、番の州公園

夏場の節電対策としてゴーヤーで「緑のカーテン」を設置している施設などを巡るツアーが29日、香川県坂出市内であった。参加した小学生親子ら11人は、緑のカーテンの裏側で温度を測って日なたよりも格段に涼しくなっていることを確認し、植物の蒸散作用による冷却効果を肌で学んだ。

「緑のカーテン見学&環境学習ツアー」と題した催しで、環境問題への関心を高めるとともに、子どもの自由研究に役立ててもらおうと香川県が初めて開催。一行は坂出市の番の州公園や瀬戸大橋記念公園などで緑のカーテンを見学し、四国電力坂出發電所で電気ができる仕組みを学習した。

番の州公園では、高さ約2・7メートル、幅約6メートルの緑のカーテンを育てている事務所前で温度を計測。直射日光が照りつける地面などと比べてみると、カーテンの裏側の日陰は10度以上も低いことに目を丸くした。

ドイツから実家の高松市に一時帰国している山下ゆりあさん(10)は「これほど涼しいとは思わなかった。ドイツでは記録的猛暑がニュースになっている。家でも植えてみたい」と話していた。

ツアーは30日に香川県高松市内でも実施し、8月3日には「かがわ緑のカーテンコンテスト」で表彰された事業所や公共施設などを巡る。



目にも涼しい、浴衣で打ち水

時事通信 2015年8月2日

東京・銀座で2日、浴衣姿の人たちが打ち水を行った。銀座の商店会などが主催する「ゆかたで銀ぶら2015」の一環。延べ約1200人の参加者が、20分ごとに3回打ち水を行うと、路面温度は

約1.6℃低下した。

兵庫・出石の谷山川で風鈴400個が涼しい音色 中心部の各店舗では「一斉打ち水大作戦」

産経新聞 2015年7月22日

豊岡市出石町の出石城跡近くの谷山川で、今年も川をまたいだロープに約400個の風鈴がつるされた。秋の虫の合唱のような涼しげなハーモニーが流れ、真夏の暑さに一服の

清涼感を漂わせている＝写真。

風鈴は国の伝統的工芸品・出石焼製で、白磁にトンボやメダカが描かれている。登城門横などに扇状に張られた11本のロープにつるされ、風に揺れて「カラン、カラン」「リン、リン」と高く、澄んだ音色を響かせている。

但馬國出石観光協会や豊岡市商工会のメンバー約20人が20日に取り付けた。風鈴は出石焼の窯元2カ所で作られたため、それぞれ音色が微妙に違って趣向があるという。

同協会の森垣康平事務局長は「風鈴の音色で暑さが少しでも和らぎ、涼しい気分を感じてもらえれば」と話した。8月末まで設置する。

豊岡市出石町中心部の各店舗は、但馬國出石観光協会の呼びかけに応じて、城下町を訪れる観光客に涼しさを感じてもらうため、「一斉打ち水大作戦」を展開している。

「夏の暑さをぶっ飛ばそう」と今年初めて取り組む。町内の気温が30度以上になった日の午前10時と午後3時、そば店や土産物店などの各店舗が店先の路上に水をまいて涼を呼ぶ。8月末まで。



涼しいだけじゃない！水遊びの良い点、注意点 ママスタセレクト 2015年08月10日



夏の暑い時期には、プールや公園、海などで水遊びをさせるご家庭も多いと思います。実は水遊びは、暑い夏に涼めるだけでなく、子供にとって良い影響がたくさんあるのです！

■水遊びの効果って？

「子供が喜ぶから……」と、何気なくしている水遊びが子供に与える影響をみなさんはご存知ですか？知られざる水遊びの効果を5つ紹介します！

① 自律神経の働きを発達させる

夏には汗をかき、冬には体温を保つというように、自然の気候に合った生活をする事で、自律神経が正しく発達します。水遊びは、つついクーラーがある屋内で過ごしてしまい、屋外での活動が少なくなりがちな季節に適した外遊びだと言えます。

② 体力がつく

普段できない動きをしたり、さまざまな方向からの水圧を受けたり。水遊びをするには体力が必要なので、楽しみながら体力をつけることができます。ただし、子供ははしゃいでいると疲れに気付かないこともあるので親御さんが注意してあげることも大切です。

③ ストレス発散になる

体を自由に動かすことができ、服の汚れを気にしなくても良い水遊びは、子供にとって開放感満点の遊びです。

自分が思うように遊べることは、子供のストレス発散になります。

④ 様々な刺激により季節感が育まれる

強い日光、水の感触、海なら磯や潮風の香りなど、様々な系統の刺激を感じることで、子供の季節の認識能力がアップします。季節を正しく認識できる力は、子供の感性にも良い影響を与えます。

⑤ 何よりも子供は水遊びが好き！

非日常的な活動から得られる楽しさは、記憶力を高める扁桃体をサポートしたり、やる気を引き出すドーパミンを増やしたり、情緒安定や自信の形成にもつながります。

■水遊びをするときの注意点

水遊びが大好きな子供は我を忘れてはしゃいでしまいます。
だからこそ、水遊びをさせるときには親が注意してあげましょう！

・自宅で水遊びをする場合

自宅で水遊びをする場合、お風呂場やビニールプールを使うことが多いですね。
お風呂のタイルやビニールプールは大変滑りやすいです。固い床に頭を打ち付けてしまっ
たら大変！

子供が走り回ったり、飛び跳ねたりしないように気をつけましょう。

また、身近な場所であるからといって楽観視するのは危険です。

水深が 10 センチでもあれば溺れてしまう危険があるので、子供からは常に目を離さないよ
うにしてくださいね。

・公園やプールで水遊びをする場合

公園の水場やプールで遊ぶ場合は、走り回って転んでしまったり、他の利用者に迷惑をか
けたりしてしまわないよう、なるべく子供の近くにいてあげましょう。

屋外では紫外線対策も重要です。日焼け止めの使用や、ラッシュガードを着せてあげるの
も良いでしょう。

また、施設によってはオムツが取れていない子供は利用ができない場合もあります。事前
にホームページや電話で確認しておくのが楽ですね。

・海や川で水遊びをする場合

海や川は、大人でも命を落とすこともある一番危険が多い場所です。

子供だけで海や川に入るのは絶対にやめましょう！

川も山も、水温の低い場所、急に深くなっている場所、流れの速い場所があります。

子供が小さいうちは、なるべく浅瀬で水遊び程度が無難です。

潮の満ち引きや前日の天気を調べ、増水している場合は海や川は避けておくのがベター。

子供の近くから絶対に離れず、万が一の為に、浮き輪、ロープ、ライフジャケット、など
があれば、より安全です。

泳ぎに自信がない方は、ライフガードがいるプール、海を選びましょう。

子供の安全を第一に、メリットたくさんの水遊びを楽しませてあげてくださいね！

五感をすっきりさせて、ぐっすり快眠！

日経ウーマン 2015年7月22日

「背中を涼しく」がポイント

暑くて寝苦しい夜もぐっすり！ そんな夏の快眠を手に入れるには、眠り環境を良くす
る工夫が必要だ。

「ポイントは大きく2つ。エアコンと扇風機をうまく使って、寝室内の温度と湿度をコ
ントロールすること。そして、涼しい寝具を使うこと。寝具は替えずにエアコンだけで調
整しようとする、設定温度が低くなりすぎて、体調を崩しかねない」と三橋さんは話す。

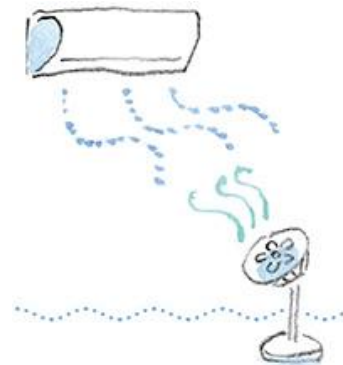
夏用の涼しい寝具はいろいろあるが、大切なのは「背中が蒸
れないこと」だという。「例えば敷きパッドは表面が涼しい麻
でも、中綿がポリエステル素材だと熱がこもって蒸れやすいの
で、選ぶときは注意して」（三橋さん）。

枕は、背中が大きく開放される抱き枕が夏に適している。ま
たシーツの下に段ボールを1枚敷くと、背中が蒸れにくくなる
という裏技も。さらには「部屋着で寝ていたのをパジャマに替
えるだけでも快眠度が上がる」と三橋さん。

最新情報から厳選した夏の快眠テクニック 10 を紹介。自分
に合う方法がきっとあるはず！

1. 「寝る前 26℃エアコン」＋「天井向け扇風機」

エアコンは寝るときではなく、寝る前から。「寝る 1 時間ほど



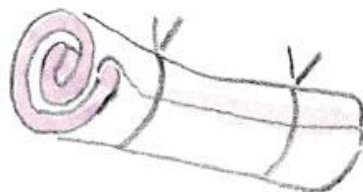
前から 26℃前後で部屋を冷やしておき、就寝時には 27～29℃に設定し直す。冷やす目安は、汗ばむけれど目は覚めない程度。扇風機も併用すると一層効果的」と三橋さん。扇風機は天井に向けて首振りにし、部屋の空気を揺り動かすのがいい。



2. 抱き枕で背中を開放

夏の快眠ポイントは、背中を蒸らさないこと。そこで三橋さんが薦めるのが、抱き枕だ。「背中が開放され、脇の下や膝の間にも隙間ができるので、結構涼しい。特に横向きで寝る人に向いている。自宅にある肌掛け布団を紐で縛れば、簡易抱き枕に」と三橋さん。

▲試しました：初めて抱き枕を使ったが、普段から横向き寝なので違和感なし。背中が大きく開くので確かに涼しい！（ライターS）



抱き枕がない人は、手作り。あまり厚くない肌掛け布団を丸め、紐で縛るだけで完成。（以下省略）

水鉄砲合戦、地域で実現 北広島広葉中・佐々木菜海さん企画 団地自治会が設営や審判 北海道新聞 2015年8月11日



佐々木菜海さん

【北広島】水鉄砲を撃ち合い、相手陣地の「大将旗」を狙うゲーム「水鉄砲合戦 in 北広島」が8日、南町3の南公園で小中学生約60人が参加して初めて開かれた。企画したのは広葉中2年の佐々木菜海（なみ）さん（13）で、北広島団地第2住区自治連合会も実現を後押し。思い切り水鉄砲で遊んだ子供にも、審判などで協力した大人にも、笑顔が広がった。

水鉄砲合戦は5～7人一組で戦い、直径30センチの円形の枠に半紙を張った相手陣地の「大将旗」を撃つてぬらせば勝ち。参加者は、頭に金魚すくいを使う薄い紙の「ポイ」を付け、ポイが撃たれて破れると退場するルールだ。

子供たちは学年ごとに3回対戦し、夢中で水鉄砲を撃ち合った。最後は約40人が入り乱れての「乱戦」で盛り上がった。双葉小6年の伊藤阜太（こうた）君（12）は「涼しいし、みんなでやると楽しい。来年もやってほしい」と期待する。

企画した佐々木さんはテレビで水鉄砲合戦の様子を見て「やってみたい」と考えた。ちょうど町内で催すイベント案を募集していた同連合会に6月末、企画書を提出。佐々木さんの熱意に打たれた役員が「なんとか実現させよう」と、第2住区の夏まつり会場での実施を提案し、的や障害物作りなど競技場設営や審判役として全面的に協力した。佐々木さんも他の生徒に呼びかけて実行委員会を結成し、クラスにチラシを貼ってもらうなどして宣伝した。

佐々木さんは「大人たちが張り切って応援してくれたおかげ。みんなが楽しんでくれて良かった」と成功を喜び、「来年もやりたい」と張り切る。同連合会の山本邦久副会長（69）も「どんどん高齢化する団地で、若い力が地域を活性化させてくれるのがうれしい。次もぜひ協力したい」と話していた。（本郷由美子）

