

神楽坂だより

編集・発行
おいしい通信
162-0813 東京都
新宿区東五軒町5-8-1802
atsushih@nifty.com
090-7217-3564
東村 篤
(PN 紙小路篤磨)

160年ぶりに好機到来 遷宮の10年前のいま、 ニッポンの時代へ

地球危機はニッポンの好機

本紙面で幾度となく取り上げています「人新世」こそ、ニッポンの時代への好機なのです。

地質学的にも人類が地球の行方を左右する新生代第四紀で「地層の堆積物が重量ベースで自然物よりも人工物の方が重くなり、人類（人間）の活動がかけがえのない地球に危機的な影響」の「人新世」

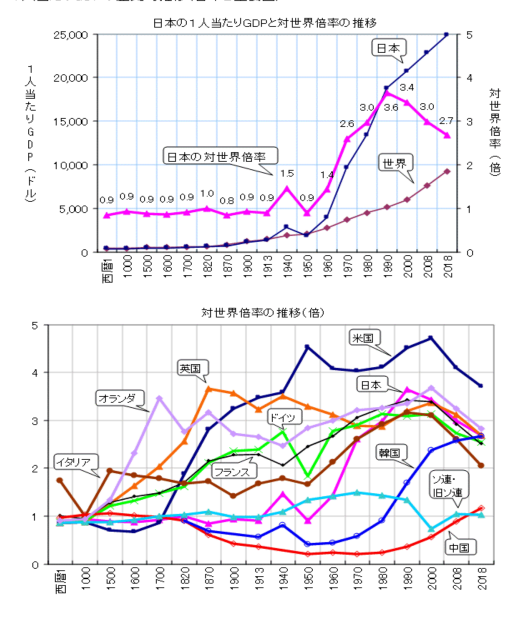
日経平均株価のピーク年からの回復年数		相場格言「山高ければ谷深し」「雨降って地固まる」「花見で土手固まる」「雨降りが必要						2023.09.05	
西暦年月日	和暦年	日経平均株価のピーク(円)	出来事	西暦年月日	和暦年	対応日経平均株価のボトム(円)	前高値更新年	日経平均株価の前高値更新(円)	回復年数
1953年2月4日	昭和28年	474.43	ソ連スターリン首相死去(スターリンショック)	1953年4月1日	昭和28年	295.18	1956年	566.30	-37.8% 2か月
1961年7月18日	昭和36年	1,829.24	家電の「三種の神器」普及	1962年10月29日	昭和37年	1,216.04	1968年	1,851.49	-33.6% 1年3か月
1963年4月5日	昭和38年	1,634.37	東京オリンピック関連インフラ整備建設ラッシュ	1966年7月12日	昭和40年	1,020.49	1968年	1,851.49	-37.6% 1年3か月
1973年1月24日	昭和48年	5,359.74	日本列島改造計画	1974年10月9日	昭和49年	3,355.13	1978年	6,097.26	-37.5% 1年9か月
1989年12月29日	平成元年	38,915.87	バブル経済崩壊	2009年3月10日	平成21年	7,054.98	?	?	-81.9% 現在39年経過更新ならず

米国NY株式市場三大暴落ショックと回復年数

西暦年月日	和暦年	ショック名	ダウ平均株価下落率	回復年数
1929年10月24日	昭和4年	米国ウォール街大暴落「暗黒の木曜日」世界大恐慌へ	-83%	3年
1987年10月19日	昭和62年	米国NY市場大暴落「ブラックマンデー」	-30%	2年
2008年9月15日	平成20年	米国投資会社経営破綻「リーマン・ショック」	-50%	5年

データ出所：NY証券取引所報ほか各種資料 作成：筆者 注：下落率20%以上の年を暴落、下落前の高値を更新するまでの年数を回復年数

1人当たりGDPの歴史的推移(日本と主要国)



(注)1人当たりGDPの単位は購買力平価で換算した実質ドル(1990 International Geary-Khamis dollars)。2018年の値はMadison Project Database 2020Qの伸び率から推計。
(資料) Angus Maddison HP 201 0.7.13 (http://www.gdpc.net/maddison/)

の地質時代へ入っているのです。環境に影響する①核実験、②大気汚染物質、③マイクロプラスチック、④化学物質の主な科学痕跡から「地球の有限・限界」であるとして2024年にも国際地質科学連合が新たな年代を加えるかを決める「地球史と人間の関係」に世界の地質学の専門家は警鐘を鳴らしています。

自然のリズムに人類が暴走

「ビジュアルでわかる地球史に人の時代現る」(日本経済新聞2023年8月15日付朝刊ビジュアル解説14p)によると、「地球の歴史は海の誕生や生物の盛衰、気候変動などが節目になってきた。小惑星の地球衝突で白亜紀に栄えた恐竜が氷河期となり絶滅し新たな地球史に章を刻んだ」、これは、

1万1、700年前から続く新生代第四紀完新世の真つ只中にあると見られていたのです。しかし、新発見、新開発の産業革命以来、日進月歩の目覚ましい科学技術の進歩発展で大量生産大量消費社会の到来を可能にし、新興国が先進国へ、人口増加によるハイパーインフレをも技術革新、金融技術の高度化などで克服、地球の陸上部は、世界の隅々まで開発が及びグローバル化は、地球の温暖化をもたらしてしまったのです。工業社会の進展は、人々、国民を物質的に豊かな社会実現に大きく寄与したが、反面、地球の危機とも言うべき深刻な環境問題を招く結果となっています。

明治生まれの伊勢の古老投資家たちの投資姿勢に現れており仲間・空間・時間の「三間さんま」を重視してきました。伊勢つ子正直、伊勢乞食「は絆・信頼の証でもてなし施行でした。程よい、一間」を置くことで何事も波長が合い、自然のリズムとの調和、バランス感覚が働き、それが脈々とつづく魂の伝承の一つとも言える「選宮制度によって「時代は変わる」

中国の不動態爆買は暗示

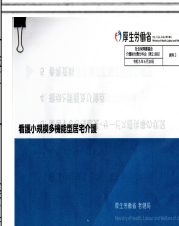
コロナ禍を契機に円安もあり我が国での中国資本による不動産の爆買が本格化、国内事情を暗示しています。我が国は、バブル経済醸成過程で成し得なかった国体の根幹を成す制度疲労の抜本的な社会改革、処方として①教育制度改革、②多品種少量生産消費循環型経済社会システムへの構造改革、③少子化「個」の価値創造政策の断行に道あり。「蒐集」の限界は、「輪廻・循環」ニッポンの好機到来と観ています。(東村 篤・神楽坂だより編集)

取締役 四日市大学研究機構環境技術研究所所長 東村 篤・神楽坂だより編集



オレンジの輪

編集発行
認知症キャラバン・
メイト南勢地区連絡
会事務局 中川義郎
516-0036
伊勢市岡本2-13-7
ysk2609@amigo.ne.jp



新類型「看多機」

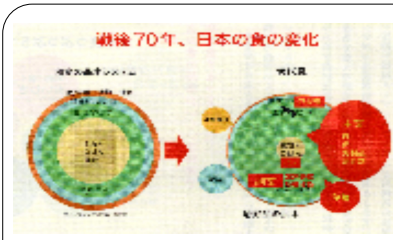
【霞が関】全世代対応型の持続可能な社会保障制度を構築するための健康保険法等の一部を改正する法律（令和5年5月19日公布）され、来年（令和6年）4月1日から施行、サービスが開始となります。

宅介護（以下「看多機かんたき」）は、訪問看護※1と小規模多機能型居宅介護※2とを組み合わせて、多様なサービスを一体的に提供する複合型サービスです。看多機を、複合型サービスの一類型として、法律上に明確に位置付けるとともに、そのサービス内容について、サービス拠点での「通い」「泊まり」における看多機型居宅介護施設の普及には医療機関の参入が不可欠で期待されます。

看多機小規模多機能型居宅介護

食生活を見直そう

戦後、破壊された日本人の食生活。未来食つづぶつJ V A T T創始者の大谷ゆみこさん（フウ未来生活研究所代表）は、「今、



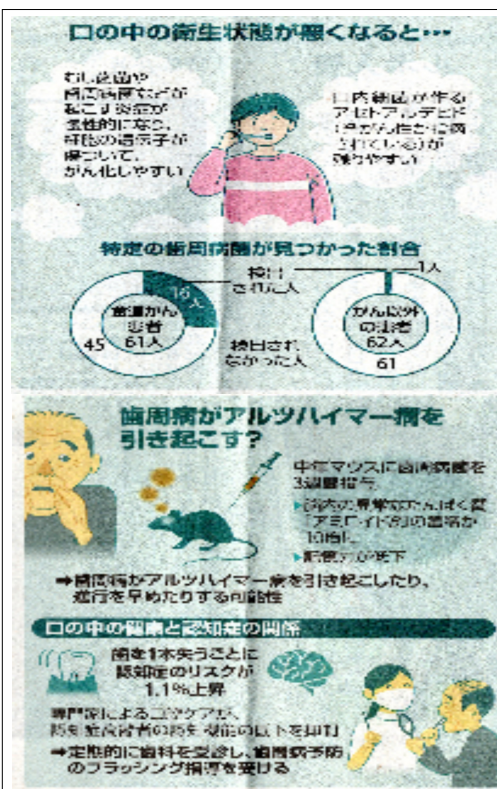
生きていく、生かされている」という実感こそがいのちの時間です。その健康を支えるカラダの根っこは、胃腸にあります。腸に栄養を供給する土壌は、毎日の食生活です。戦後、西洋栄養学、西洋文化の浸透、つまり栄養価の高い動物性食品、食品添加物の常食で日本の食は、図のように嗜好品の洪水となりました。日本人は、DNAから縄文時代の体質が根っこにあります。それが現代食によって破壊されてきています。研究から生理学的には、食習慣を見直せば、

骨も胃腸も7年でリセット、日本人に合った胃腸に蘇らせると言われています。難病や慢性胃腸病、成人病など本来の和食の基本システムの食生活に身に付けることです。そのポイントとは、ただ一つ、食べ物の質と食べ方を自然循環に即した本来のルールに沿ったものに変えることです。食習慣をリセットして理想の食システムを身に付けた生活に転換させましょう。（情報誌「日本生まれのビーガン食システム未来食つづぶ2023年夏号特集を要約）

歯は、なぜ命なのか。データが示す発症リスク

「歯は、命」とよく言われます。本当なのでしょう。読売新聞2021.01.24付朝刊「教えて！ヨミドック」記事によると、「1日1回、歯磨きをする人」としない人を基準に研究で歯磨きをしない人

は1・8倍がんになりやすい歯周病菌など一部の口内細菌がアセトアルデヒドを作り出し、口内が清潔でないと、その影響で食道がん・頭頸部がんなどのリスクを高める調査結果が2020年発表されました。また、歯周病が糖尿病、心筋梗塞、認知症発症のリスクが高まります。」と解説、一時は万幸ですね。



紙小路あつまるの小話

筋活をしよう！！

「人間は体を動かすことができるのは、筋肉があるからって！」

「そうだよ。体重の約40%が筋肉なのよ」

「加齢や病気などで日常の生活動作が困難になったり寝たきりになったらどうなるの」

「筋肉を使わないと僅か1週間で10～15%の筋肉が低下するよ。体を動かさないと廃用症候群と言って筋肉は衰え、1週間何も運動をしなかった場合、体力回復に約2から3倍の負担、時間にして2～3週間もかかるのよ。寝たきりでも床擦れ予防もありこまめに寝返りが必要となるのよ」

「どうすれば、筋肉保持、貯筋につながるの」

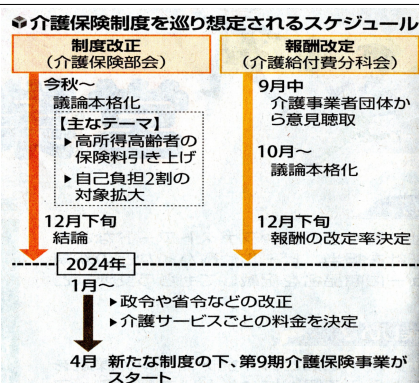
「何よりもおしり筋と抗重力筋を鍛えることよ。」

「立ったり座ったりのあの動作で基礎代謝、脚長効果にもつながり日常生活の動作能力向上の要となるのよ。疲労を和らげるしね」

「足の横上げも有効で骨盤底筋、太ももの内側・外側の筋肉も鍛えられ転倒防止や尿もれ（失禁）防止にもつながるよ」

「今日から実践してみよう」

話題出典：日本成人病予防協会健康管理士
フォローアップ研修「ほすび」2023.09.20
を同協会健康管理士上級指導員東村篤加工。



【霞が関】厚生労働省では、3年に一度の介護保険制度・報酬の見直しに伴い介護保険部会、介護給付費分科会での論議が本格化、年末にも最終案をまとめ1月には、政令や省令などの改正で4月から改定と第9期介護保険事業が始動の日程です。図は、読売新聞2023.09.04付朝刊「安心設計」転載

来年4月介護保険制度・報酬改正へ

研究員だより

編集発行人

東村 篤 (JSPS日本学術振興会)
四日市大学研究機構環境技術研究所研究員
(一社) 事業と相続の駆け込み寺プロフェ
ショナルチームメンバー
(一社) 国際CCO交流研究所理事主任研究員
(一社) 全国元気まち研究会研究員
日本広報学会/四日市大学学会

祖父との誓い実現・供養 高野山奥之院 鎮魂

【和歌山県高野山】 8月19日
(土)、所属する国際CCO交流研
究所(京都市中京区・理事長 石
橋陽)の高野山日帰り研修に、今
年は、特別な思い、鎮魂での参加
となりました。

中学2年の時、伊勢高柳商店街
で「写真館」を営んでいた祖父勤
之助から後継ぎの長男(享年20歳)



に先立たれ、
「篤、俺の後を
継げ、学費は出
したる」の言葉
に「継がない。
教師には成る」



去りました。享年74歳でした。

「終われない人」小職も祖父の
年齢となり、命日を前に「東村家
過去帳」、「西国三十三ヶ所御朱
印帳満願」、祖父が仕事で使用し
ていた写真機の写真、叔母著「荷
車の道」、拙



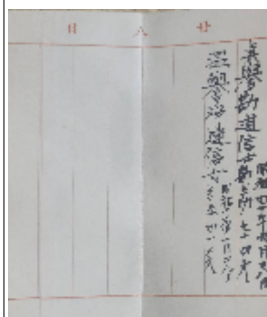
著「東村写真
館物語」、望
月克巳著「私
の宝物 東村
篤さんの人生

の返答。そし
て選んだのは
“自立自学”
の道でした。



ものがたり」(100人の笑顔ブ
ロジェクト2022.10.17取材稿)
を持参しての高野山金剛峯寺(上)、
奥の院(中)へお参り。

祖父との誓い、コミット「教師」
実現を果たしての供養は、格別な
思いとなりました。合掌。



◆文部科学省は、
本年3月31日付
「誰一人取り残
されない学びの保
障に向けた不登校
対策について」と題し、初等中
等教育局長名で全国の教育機関に
「通知」をしました。既に重点施
策として「誰一人取り残されない
学びの保障に向けた不登校対策」
(COOLOプラン)を取りま

とめ施策を推進しています。◆不
登校の定義は、年間30日以上欠
席を基準としており心理的、情緒
的、身体的、または社会的な要因
や背景により、学校に登校しない
状況にあるために欠席(病気や経
済的理由は除く)が続いている状
態を指します。不登校問題は、今

に始まったことではありません。
昭和の時代は、学校に行きたくな
い、いわゆる「学校嫌い」でした。
これが2000年辺りから「不登校」
が顕在化、学年が上がるにつ
れ増加、大学にまで及び30万人に
上ります。◆不登校の増加は深刻
な社会問題となっており、文部科
学省の調査結果によると、不登校
児童生徒数は年々増加しており、
特に小、中学校の間で深刻化して
います。不登校の要因は、本人、
家庭や学校など、さまざまな要素
が絡み合っています。調査結果で
は「学校におけるいじめや適応困
難、家庭内の問題、学習や人間関
係の不安、無気力などが不登校の
要因」として挙げられています。

◆果たしてそうでしょうか。大学
教育の現場から見ただ不登校学生の
共通点ですが、「気づくのが遅かつ
た」の返答でした。学生たちの声
「抑圧された毎日」、学生たち個々
の長所・持ち味、素質の引き出し
を開けて褒めて上げるとイキイキ、
「やりたいこと、好きなことを一
杯したいことができなかった」そ
れがイヤになったのがり学校に行く
のがイヤになったの悪循環となっ
たのです。「好きなことがやれる、
自分の伸びしろを伸ばしてくれる
学校で学びたかった。」に集約さ
れるように戦後の単線的で画一的
な偏差値偏重の教育制度疲労に根
本的な原因が内包していると考え
られます。「国家百年の計」を見
据えた複線的で多様な人材輩出の
抜本的な教育改革が望まれます。

対面での講演4年ぶり

【津】8月25日(金)午後から津
の三重県社会福祉会館講堂で介護
施設等における権利擁護推進員養
成研修の第1回(3回修了)が開
催され厚生労働省派遣事業介護サ
ービス相談員として「介護施設現場
での権利擁護事業」と題して、三
重県内介護施設運営責任者参加の
48人を対象に「高齢者虐待防止の
基本に反する不適切なケアの事業
その背景」についてお話をさせ
ていただきました(研修模様)。

相談員を10年務めていますとコ
ロナ禍にあつて4年ほどのブラン
クも受付では尾鷲市、四日市市、
桑名市の方々から声を掛けられ、
改めて名刺交換、私を覚えてみえ、
嬉しい限りでした。リモート形式



と違い、受講生の表情、臨場感が
伝わり改めて対面の良さを感じた
次第です。人権、権利擁護の問題
は、避けては通れなく心の通う円
滑な日常生活を送る上でも良き信
頼関係構築の姿勢、言動は重要な
要素となっています。

【神楽坂】所属する理窓ビネ
ス同友会からの案内です。研究す
ることすら許されなかった「トリ
ウム原発」。最近になって中国も
レアアース希少金属の副産物「ト
リウム」を廃棄処分していたが、

その有効性価値に気づき産出生物
国に転じています。トリウムは、
原子爆弾を製造できない、核戦争
に使われないことで注目されてお
り、インドでは、既に主力発電と
して安全稼働しています。拝聴く
ださい。

**安全なトリウム原発
が日本を救う**

講演者: 益山隆氏 講演会

8月5日(土) 13:30-16:00 会場: 神楽坂 理窓ビル

講演内容: トリウムは、原子爆弾を製造できない、核戦争に使われないことで注目されており、インドでは、既に主力発電として安全稼働しています。拝聴ください。

講演料: 5,000円(税別) 講演者: 益山隆氏 講演会

講演場所: 神楽坂 理窓ビル

講演時間: 8月5日(土) 13:30-16:00

講演内容: トリウムは、原子爆弾を製造できない、核戦争に使われないことで注目されており、インドでは、既に主力発電として安全稼働しています。拝聴ください。

講演料: 5,000円(税別) 講演者: 益山隆氏 講演会

講演場所: 神楽坂 理窓ビル

講演時間: 8月5日(土) 13:30-16:00