健康万歳 ㉕　喫煙の「罪と罰」

「チョット一服しませんか」タバコは喫煙者の最高のストレス解消の時間である。その他に敢えて挙げるならば高額納税者（タバコ税）で地方財源を支えていることが喫煙者のいい訳になることだ。

心臓疾患、がんや呼吸器疾患その他生活習慣病などの原因にもなり、弁護する点は殆ど見当たらない。中でもがんの誘発原因を見ると、タバコを吸う人は吸わない人の５～10倍高い。

｛タバコ20万本説｝では１日に20本30年、１日に30本20年間吸い続けると間違いなく肺がんに罹ると言う大まかなメドが示されている。

最近は中学生の頃から吸い始めるらしいが喫煙始めの年齢が低いほど罹る確率が高くなる。最近は女性喫煙者が多くなったが妊婦の喫煙は奇形児が生まれることもあり、美肌荒れの原因にもなる。

飲酒する際タバコを吸えばニコチンとアルコールの親和性が強いのでニコチンの体内摂取が増してくるので要注意。

最近は会社や公共施設では殆ど屋外に喫煙スペースを設けられ、雨の日など傘をさしてまでタバコを吸っている人を見かけるが随分と肩身が狭い思いだなと同情が先に立ってくる。

肺がんには４つの型がある。タバコが原因である肺がんは扁平上皮がんで集団検診の際に見つかり易い。痰を調べても早期発見出来る。ただ早期発見で手術し、治ったとしても再発が多く、今のところ罹らぬ前の禁煙以外に手はないようだ。悪性度の高い小細胞がんは発見され２年以上生存者は殆ど見当たらない。従ってＸ線による肺がん検診は余り意味がない。

タバコには200種以上の有害物質が含まれるが中でもニコチン、タール、一酸化炭素のがん誘発性が最も高くこれが間接喫煙の原因にもなっている。喫煙者と同居している人は凡そ１日６本の喫煙したことに相当する。

日本に伝えられたタバコの歴史を見ると慶長６年頃で当時は薬草と信じられ用いられていたようだ。世が太平になりキセル文化として発展したが幕府はその時から有害性を認めこれを禁じている。

最後に愛煙家に注文、タバコのポイ捨てなどしないでマナーを守ってもらうこと。更に喫煙スペースを守ってもらうことをお願いしたい。

林　栄一（立花町・医師）

八女市宅間田
大田　眞紗子

翔年大学「はつらつ絵手紙教室」で学んでいます。絵手紙を習いたいなと思ってはいたのですが「とても自分には描けない」と諦めておりました。でも絵手紙の本なら少しは勉強になるかなと本屋に行き絵手紙の本を二冊買い、ページを開いて見ると「下手でいい、下手がいい」と言う文字があり、これで自信がつき早速公民館に行き申し込みました。丁度その日が「絵手紙教室」の日で職員の方が案内して下さり、その日から教室の皆さんと一緒に描かせて頂いております。

先生がポツリと「良いじゃない」と嬉しい言葉をかけて下さいます。今は教室が楽しみです。

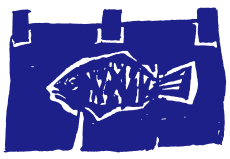
福岡県６次化商品コンクール奨励賞受賞!!

八女農業高等学校

ホテルオークラ博多で平成２８年度ふくおか「農と商工の自慢の逸品」展示商談会、福岡県６次化商品コンクール表彰式が行われました。本校生物利用科から出品した「八女農からの贈り物　手作りジャムセット」が見事、奨励賞を獲得し、小川福岡県知事より表彰を受け激励を受けた。。このジャムは地元で採れた果物をたっぷり使い、生徒が愛情込めて作った、甘さ控えめで、素材本来の味が楽しめる逸品です。作ったのは生物利用科食品専攻の生徒たちです。こだわりは「地元産のよい果物を使うこと」。本校北山農場産を使った桃ジャムは夏季限定で、生徒たちが自信をもってお勧めする人気の商品です。ジャムは本校敷地内の直売所「みらい館」などで販売しています。

５月の校内販売所（みらい館）の開館日

２日（火）、９日（火）、12日（金）、16日（火）、19日（金）、23日（火）、26日（金）、30日（火）　販売時間は、10時30分～15時30分です。皆様のお越しを心からお待ちしています。



旅と酒

肥後から駿河へ居酒屋通い

三重県の津市をはじめ津の付く市や町のほとんどは、海に面している。津という文字は、港を意味するそうだ。旅が好き、コトコト列車の旅が好きだった私は、三十代半ばでフリーのコピーライターになると、少し纏まった原稿は東京都下の自宅ではなく、旅先のホテルで書くようになった。

テレビのコマーシャルや新聞雑誌の広告等、頼まれたものは何でも引き受けた。遠くへ出かけたら旅費で稿料が消えてしまうから、資料を抱えて出かけるのは千葉県、静岡県の港町である。港町では、新鮮な魚たちを味わえるのが魅力だ。

沼津に出かけたのも、津に惹かれ魚に惹かれたからだ。ビジネスホテルに入って資料をチェックし、大体の構想を考える。後は夕暮れを待ってぼんやり過ごす。広告のコピーを書くときは、このぼんやりしている時間が大事だった。どう書けばいいのか、書く方向がぼんやりの中から浮かんでくる。

さて夕刻、楽しみの時間だ。知らない街ではクラブや小料理屋が並ぶ繁華な街を避ける。盛り場の店では社用の接待客などが多く、旅の客には敷居が高い。

住宅街に入るとひっそりとして人の行き交いもない。引き返そうかと迷ったとき、ポツンと灯りをつけている店を見つけた。何の店かと近寄ると、居酒屋の小さな看板が出ていた。迷わず店に入る。

コの字型のカウンターの中にいた中年の親爺は、いらっしゃいも言わぬまま、何しに入ってきたのかという顔をした。ためらったが、客であると示そうとカウンターに座った。壁にメニューも掲げていない。カウンターの端で独り飲んでいた客が、「鮪の剥き身が旨い」と教えてくれた。素直にそれを注文する。

鮪の骨に残る身をスプーンで掻き採った梳き身は旨く、そして安かった。そのうちに客が増えてきた。後でわかったのだけど、会社帰りのサラリーマン、近所に住む元機関車の機関士、診療を終えた歯科医師など、次々に入ってくる。店の親爺の繁ちゃんは客の顔を見ると、それぞれがキープしている焼酎や酒のボトルを取り出す。

この店、近所の人の晩酌の場になっていたのだ。彼らは見知らぬ客である私にいろいろ気を配り、「これは旨いから、ぜひ食べてみろ」と分けてくれたりもした。

いつの間にかカウンターの中に中年の女性が入っていた。夕方の家事を終えた繁ちゃんの奥さんだった。客に愛想を言うでもなく、皿やコップを洗ったり、冷えたビールを運んできたり、黙々と働いている。

すっかり常連の仲間になって酔った私は、繁ちゃんは不愛想ではなく、ただの口下手だったのだと理解した。繁ちゃん夫婦の口数の少なさを補うように、客たちは饒舌だった。見知らぬ客の私を見て「繁ちゃん会に入らないか」と誘う。この店の常連二十数人が集まって繁ちゃん会をつくり、年に二回の一泊旅行を行っているのだという。私は早速そのメンバーに加えてもらった。

それから四十数年の月日が経つ。二月の寒い夜、繁ちゃん夫人から「お元気ですか」と電話がかかってきた。「昨年はお目にかかれませんでしたね」とも。つい「今年は寄るよ」と言ってしまった。八十歳を数年超えた肥後の地に住む爺さんが、静岡県の港町にある居酒屋に飲みに通うとは・・・。体調を整えて、実行してみようかな・・・と思案中。

前田　哲太郎

呟き

涙の訳（わけ）

昭和一桁生れの頑固一徹な、今は亡き私の父親の涙をその生涯を通じて、一度だけ見たことがある。三十数年前、私の花嫁姿に周囲を憚（はばか）ることなくさめざめと泣いていた父。その隣で母はゆったりとした表情で微笑んでいて、普段は怖かった父が妙に小さく、優しかった母がとても大きく見えた。

長男がこの春結婚した。披露宴のクライマックスに、息子は私達両親に宛てた手紙を読んだ。それはごくありふれた素直な感謝の手紙で、幼い頃からの思い出話とエピソード、私の病と闘病中の息子自身の思い、父親母親としての人間性に触れた、優しい孝行息子の手紙だった。私は目頭が熱くなるのを覚えたが、左隣で鼻を啜（すす）っている夫に気づいた途端、涙が止まった。「泣きよるとね？」と小さな声で尋ねると夫は「泣きようらん」と返しながら、ぽろぽろ涙を流していた。これはいつか見た懐かしい光景ではないか。フラッシュバックは唐突にやって来て眩しかった。

永い時間の隔たりを超えて、二人の父親の流した涙の訳は、一体何だったのだろうか。母親が逞しいのは、己が嫁ぎ通って来た道を知る覚悟からか。披露宴の出席者を紹介するエンドロールに、亡き父母の名前までが映し出されて、漸（ようや）く私は泣くことができた。その涙の訳は、そっと胸の奥に仕舞っておきたい。

蓉子