Center for Redevelopment of Pollution-damaged Areas in JAPAN

Libella

No.113
（隔月1日、年6回発行）

2010年
3月

紙芝居

「廃食油を回収してバスを走らせよう！」と、西淀川菜の花プロジェクトに取り組んでいる大阪府立西淀川高校のエココミュニケーション同好会をはじめ淀中学校生徒会、ガールスカウト大阪26団、大阪経済大学の学生が2月7日、西淀川区のエルモ西淀川で開催した環境フォーラム（環境省近畿地方事務所など4団体）で、紙芝居『さあ、はじめよう』（左下）を初披露しました。

バスの燃料（BDF）となる廃食油をたくさん集めようと制作することになった紙芝居づくりは、子ども達のワークショップでスタート。絵はデザイナーの増田純子さん、文は西淀川高校教諭の米田浩之さんが担当。親しみやすい素敵な物語になりました。

●目次

特集　呼吸リハビリテーション

インタビュー　長坂行雄先生
「呼吸リハビリを広げよう～やれることからこつこつと」　2

息切れと上手くつきあう
パンフレット「らくらく呼吸法」大阪、東京で講習会を開催　眞鍋麻衣子　4

人間の可能性を肌で感じながら ～ 4年目のあおぞら苑　辰巳　致　6

第38回公害環境デー
ぜん息患者の救済制度を ～ 公害患者らが構成劇で訴え　上田　敏幸　7

COP15参加とデンマーク訪問　榎田　基明　8

市民活動のための環境アセスメント講座 ～ 川崎市で開催　小平　智子　9

〈リレーエッセー〉つながり　長沼　光世　10

〈忙中一筆〉最も感謝すべき方は…　佐藤　雅昭　12

特集 呼吸リハビリテーション

呼吸リハビリテーションをご存知ですか？

長年、呼吸器の病気を患っている公害病患者をはじめ慢性閉塞性呼吸器疾患（COPD）の患者を襲う「息切れ」を改善し、日常生活を「楽」にするとても有効な医療として注目されています。

インタビュー

長坂行雄先生 近畿大学医学部堺病院内科学教授 呼吸器科部長

呼吸リハビリを広げよう
～やれることからこつこつと

呼吸リハビリテーションの普及・啓発に情熱を傾ける近畿大学医学部堺病院の長坂行雄先生にお話を伺いました。長坂先生は、高齢認定患者に呼吸リハビリテーションを広げるためのパンフレット『らくらく呼吸法』の監修者の一人です。

――なぜいま、呼吸リハビリテーションが求められているのでしょうか？

増えるCOPD患者

長坂 なぜ求められているのか、といえば、全般的にCOPDが増えてきているからです。高齢化社会を迎えて、全般的にCOPDの患者が増えてきています。そして、COPDでなくても高齢になれば、体力、筋力が落ち、関節の動きが悪くなったりします。そういうことでも、リハビリの必要性が増しています。重症のCOPD患者でなくても、高齢者の場合、肺炎などを起こして入院してきた場合、すぐ動けなくなってしまうケースが多くあります。

寝たきりをなくすためにも

同じぐらいの重症でも、50歳くらいで病気になった人と70歳くらいでなった人だと、同じ2週間寝込んでも、70歳の人の方がはるかに動きにくくなる。だからリハビリをやる必要がある。肺炎や呼吸不全は治ったけど、動けなくなったということでは、結局本人にとっては、治っても良かったという事にはならないですね。寝たきりの高齢者が帰ってくると家族も困りますね。

寝たきりになる事を避けるために、病棟でもリハビリをする機会が増えています。呼吸リハビリということだけではなくリハビリ全体としてニーズが増えています。

タバコをたくさん吸う人達の高齢化が今後も続いていきます。これから20年くらいはCOPD患者が増えるだろうと思います。

――呼吸リハビリテーションの効果や効用について教えてください。

日常生活が楽になる

長坂 呼吸困難感の軽減、息切れが軽くなる、痰が出しやすくなる。さらに、リハビリを行う人や、他の人との接触が増えます。コミュニケーションが増えると希望が持ちやすくなる。実際に使える肺活量が増えて日常生活が楽になります。動きやすい、歩きやすい、簡単な作業もしやすい。しっかりリハビリすれば病気も悪化しにくいと思います。

――「リハビリをしっかりやる」というのは…

一人ひとりに合わせて

長坂 リハビリは、一人ひとりに合わせてやる事が大切です。高齢者の場合だと無理をすれば疲れて悪くなってしまいます。患者さんもリハビリをする人も一人一人違うから、その組み合わせも考えなくてはいけない。どんな患者でも、誰にとっても、一番の施設や理学療法士があるはずということはありません。自分が簡単に通える施設でどうすれば一番良くなるのかを考えなくてはいけません。何がベストか、自分に与えられた状況で何が一番良いか。それは理学療法士や看護師にとっても、患者にとってもどのように協力するか、に尽きると思います。

――よいリハビリの条件はありますか？

気持ちのいい範囲で連携する

長坂 リハビリの専門家は必要ですが、いくら良い人がいたって周りのサポートがないと出来ません。医師、看護師、家族です。家族でも帰ってきてもらったら困るという家だったら、良いリハビリにはならないです。例えば、今度の週末に帰れるのに家族はまだ病院に居てくれた方がいい、なんていわれると本人もやる気をなくします。理学療法士がいくら頑張っても、ナース（看護師）が協力しなかったら駄目だし、ナースが頑張っても理学療法士が頑張らなければ駄目だし、医師もそれをサポートするような考え方が必要です。

お互いに気持のいい範囲で連携したら良

いです。いわゆるベストを求めると選択肢が狭くなりますね。世間でベストでなくても、その人がある程度、家で日常生活を送るのに十分な条件がそろえばその人にとってのベストなわけです。それなら必要以上に頑張ることもないし、無い物ねだりすることもありません。その人の置かれた環境の中で、どうすればその人にとって適切なリハが受けられるか、ということが大事だと思います。

――地域で呼吸リハビリテーションを広げたいのですが…

パンフレットを使って…

長坂　本当に必要なことは何でしょうか？すごい理学療法士がいなくても、すごく良く分かった医師がいなくても、地域の中で、みんなで協力すれば、そこそこ必要な事は出来ると思う。リハビリはそんなに難しい話じゃなくて、ある意味、当たり前の事です。みんなで色々な機会を通じて、分かりやすい情報の共有からはじめましょう。そのためのパンフレット（『らくらく呼吸法』5分冊、4―5面に詳報）です。ぜひ、使ってください。前倉先生、石原先生のお力を借りて、誰にも使える良いものができました。地道にちゃんと普及していくことが良いのではないかと思います。

――ありがとうございました。

中国からの手紙 你好

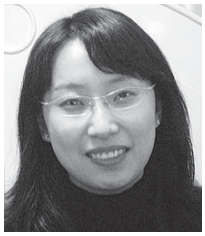
連載します

▼新連載にあたって

海外在住の日本人や海外の環境NGOから現地での暮らしや活動をエッセイでお伝えするこのコーナーに、次回から中国からのレポートを連載します。そこで今回は、翻訳を担当する巫靚（ウー・リャン）さんの手紙を紹介します。

架け橋の役を果たしたい

巫　靚



あおぞら財団の皆様、初めまして、私は中国南京大学外国語学院日本語学部の学生です。

先日、藤江徹さんのご紹介で、公害裁判についての資料を翻訳させていただきました。今回の翻訳を通して、原告団の皆様の行動に心を打たれ、大変勉強になりました。

日本語学部の学生として、普段の学習は日本語及び日本文化に関することが主ですが、せっかく日本語を勉強しているので、日本国内での社会問題をめぐる取り組みなどを中国国内に紹介し、今後の教訓にしたいと感じます。今回の翻訳はその契機になりました。

現在中国の経済発展に伴い、中国人の生活もだんだん豊かになっています。これは中国人にとってとても喜ばしいことです。しかし、それと同時に、環境問題もますます深刻になってきました。大気汚染、水質汚濁、食品汚染など、中国国民及びほかの国の人々の健康にもとても悪い影響を与えています。

日本は高度成長期に入ってから、環境問題も一時深刻になったことがあると聞いています。その後の法律設定や裁判などは、現在中国の環境状態から見ると、とても学ぶべきところが多いと思います。環境問題は一つの国の問題だけではなく、ほかの国との協力も重要です。日本の方々からのご指導は必要です。

今後も架け橋の役を果たしたいと思います。

（ウー・リャン　南京大学外国語学院日本語学部）

手（ま）くつきあう
らく呼吸法』
講習会を開催

東京

一寸した工夫で楽な呼吸が出来そう

東京で「らくらく呼吸法」講習会を行いました。

木枯らしの吹き始めた２００９年11月1日（日）、東京の全林野会館（プラザ・フォレスト）で開催した講習会には、ぜん息患者ら40人が参加しました。

これは、今年度の環境省事業であおぞら財団が作成したパンフレット「らくらく呼吸法」の中身を知ってもらい、呼吸リハビリに取り組んでもらおうというもので、東京の公害患者と家族の会と共催しました。ぜん息患者の医療費助成制度が始まった東京都では、すでに4万３０００人が救済されていますが、「より良い治療を受けたい！」という参加者の熱気あふれる学習の場となりました（写真上）。

この日の講師は、大阪の豊中にある刀根山病院副院長の前倉亮治先生と理学療法士の山本洋史さん、作業療法士の川邊利子さん。前倉先生は、呼吸の仕組みから、なぜ息切れが起こるのかを丁寧に説明。少し難しい呼吸の話でしたが、参加者は熱心に耳を傾けていました。

具体的なリハビリ講習は、山本さんと川邊さんが参加者の目の前で実演。こんな時に息切れが起こりやすいんですよ、こんな風にしたら楽ですよと、普段の生活の場面でのアドバイスをしました。

今まで、呼吸について意識をしたことがなかったという患者さんも（力を入れたりする時に息は止めているかどうか気にしたことありますか？）、自分が普段どういう時に息苦しくなっているのかまず知ってみようと思ったのではないかと思います。

～参加者の感想～

○息苦しいのは、血中酸素が少ないからではなく、取り入れ方やメカニズムの関係だという事がわかった。動作と呼吸を合わせて、自分にあった方法を意識しながら行うというのを改めて考えさせられました。普段からの呼吸方法で予防が出来るし、楽をする事が悪い事ではないという事を感じました。

○動作に呼吸を合わせる。一寸した工夫で楽な呼吸が出来そう。大変参考になった。今迄も呼吸訓練はしてきたが呼吸筋をきたえる事等、呼吸法が主力でしたが、日常の動作に対する対処法など大変良かった。

「息切れで困っていませんか？」「一度このパンフレット試してみてください」

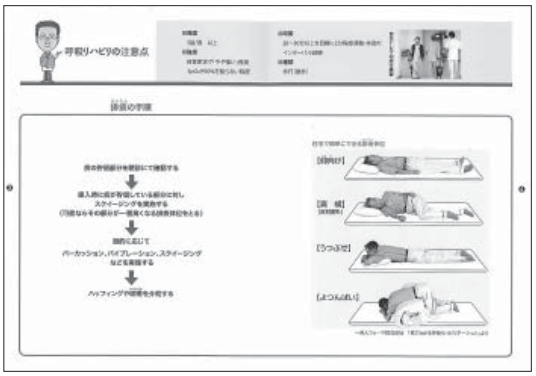
あおぞら財団では、高齢の認定患者が生きがいをもって暮らせるよう、お手伝いができればと様々な活動をしています。平成18年度から始めた呼吸リハビリテーションプログラムの開発、普及・啓発もそのひとつ。患者や医療従事者が手軽に呼吸リハビリを体験できるツールとして、「らくらく呼吸法」パンフレットを作成しました。（監修・協力／長坂行雄・前倉亮治・石原英樹）

「いっぺん聞いただけやったら忘れてしまうわ」「大きい冊子をもらっても読む気がしない」などの声にお応えして、短い内容のものを5冊作りました。まずは1冊読み、忘れたころにまた次の1冊…。これを繰り返し実施することで、少しずつ呼吸リハビリが身についていくように構成しました。

日々の暮らしの中で息切れで困っている人たちにこそ、届けたいと思っています。

お問合せはあおぞら財団（TEL06―６４７５―８８８５）担当：上田、眞鍋までお気軽にどうぞ。

（あおぞら財団研究員　眞鍋麻衣子）



在宅で簡単にできる排痰体位なども紹介しています。

息切れと上手く付き合う

パンフレット『らくらく呼吸法』

大阪、東京で

前倉亮治先生

石原英樹先生

大阪

患者さんと接して行くのに役立つ

大阪の「らくらく呼吸法」講習会は、2010年1月16日（土）にエル大阪で開催しました。大阪では、東京の講習会で講師をしていただいた前倉先生と山本先生に加えて、近畿大学医学部堺病院の長坂行雄先生と大阪府立呼吸器・アレルギー医療センターの石原英樹先生に講師に来ていただきました。大阪公害患者と家族の会連合会にご協力いただき広く患者の方に声をかけ、参加者は患者、医療従事者あわせて43人でした。

講習会は、①薬について②呼吸リハビリについて③酸素の使い方について、の分野ごとの詳しい講習会となりました。呼吸のしくみや息苦しさが起こる理由、そして日頃の生活の方法を少し変えるだけで、息苦しさが軽減したり、発作が起こりにくくなること、薬や酸素と上手に付き合う方法などを学んだ後は、会場から多くの質問が飛び出し、これまで呼吸リハビリに触れたことがない人やずっとやってきている人など、様々な方に参加していただきましたが、ぜん息など慢性疾患と向き合う患者が、日ごろの治療や対処法に対して多くの疑問や悩みを抱えていることがわかりました。

～参加者の感想～

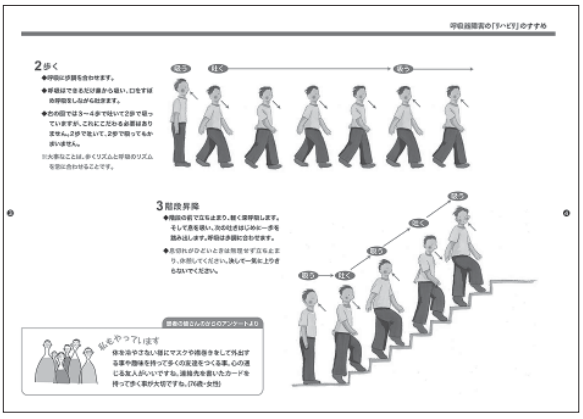
○自分の病気なので何か参考にしたい、聞いて自分なりにがんばりたいです。

○日常生活でできる簡単な工夫を実際に病院の患者さんに紹介しようと思いました。

○患者ではないのですが、こんなに詳しく話を聞いたのは初めてで今後患者さんと接して行くのに役立つと思います。リハビリは健常者にも適しているもので参考になりました。

○必要な薬を上手に使うことが大切と思った。最新の情報を聞けて参考になった。

日頃の生活に取り入れやすい動作のアドバイスから、患者同士のつながりの大切さも紹介しています。



階段の昇り降りや歩く時に呼吸のリズムと合わせることが大事です。

呼吸法は大事なので繰り返し繰り返し紹介しています。

人間の可能性を肌で感じながら
～4年目のあおぞら苑

辰巳　致

患者さんの孤独死 ～ 数日間発見されず

あおぞら苑は西淀川公害患者の会の永年にわたる公害裁判訴訟の和解金の一部をお借りして、２００６年（平成18年）10月１日に大阪市西淀川区大和田にオープンしました。

私は当時、西淀川公害患者と会の事務局長をしていました。当然、患者会にも高齢化が進み、年間約15名の公害患者さんが他界されていました。その中で独居の患者さんが、死亡し、数日間誰にも発見されないという事件が数件起こりました。その時に、「これはいけない、なんとかしないと」と思いました。公害患者のみなさんが、安心して暮らせるにはどうしたらよいのか、患者会でアンケートをとった結果、お昼間にみんなでご飯を食べたり、私たちの行き場所、憩いの場所を作ってほしいとの多数の声があり、当時できたばかりの介護保険制度を利用したデイサービス事業を思いついたのです。

利用者さんと…ハイポーズ!（まん中が筆者）

アットホームな高齢者のオアシスめざす

森脇君雄会長（現あおぞら財団名誉理事長）と話をし、役員会そして総会の決議を経てデイサービス事業への参加の承認をいただきました。すべてがゼロからのスタートでした。当時の私は事業を立ち上げることの「喜び、楽しみ」と、もし失敗したらと思う「不安、恐怖」と毎日闘っていました。ＮＰＯ法人の認可をとり、設計、建築を経て開所することができました。開所当時のスタッフで介護経験のある者は誰もいませんでした。でも他のデイサービスと同じではなく、私たちがめざすデイサービスを作ろうと一致団結。「アットホームな雰囲気の中で、ゆっくりと過ごせる高齢者のオアシス」を目指そうと。この公害で疲弊した街、西淀川だからこそ必要なのだと考えました。今では「ここにきたら落ち着く、こない日は退屈でしかたない」と声をかけてくれます。とても喜ばしいことです。

絶対あきらめない、すべての利用者を受け入れる

15人でスタートしたあおぞら苑も今では23人の枠まで広げています。70歳～最高齢は１００歳。人間の可能性をいつも肌で感じています（笑）。あおぞら苑の特徴は「おいしいお昼ご飯と岩風呂風のお風呂、やさしいスタッフです。」私たちの理念は絶対にあきらめない、すべての利用者を受け入れどんな困難にも負けず、笑顔と感謝があふれるデイサービスです。

公害患者さんの命をかけた数十年の公害根絶の闘いを胸に、どんな困難も苦労も乗り越えて来た公害患者のみなさんの思いをいつも忘れず、この財産を守り継承していかなければならないと考えてます。みなさんの暖かいご支援に恵まれ、そして、スタッフにも恵まれ、なによりも、こうしたすばらしい環境を与えてくれて公害患者さんに心から感謝しています。

（たつみ・いたる　デイサービスセンター　あおぞら苑施設長）

第38回公害環境デー
ぜん息患者の救済制度を！
公害患者らが構成劇で訴え

「せめて医者代だけでもタダにして欲しい」――1月30日、エルおおさかで開かれた第38回公害環境デーで公害患者とともに舞台に立った未救済の患者が切々と訴えました（写真）。会場には、大気汚染公害の被害者だけでなく、5月19日に判決を迎える泉南アスベスト国家賠償訴訟の原告団、寝屋川市の廃プラスチック施設からの健康被害から住民を守る訴訟に取り組む住民ら180人を超える府民が参加。深刻化する公害被害の実態と被害者救済を求める運動への支援を広げることを確認しました。

各分野からの報告

- 大阪の空気はきれいになったのか・ぜん息被害実態調査報告
  眞鍋麻衣子と患者さんの寸劇
- 大阪の大気汚染は? 今の環境基準で健康が保障されるか・
  公害環境測定研究会　西川栄一
- 廃プラスチック施設からの健康被害から住民を守る・寝屋川訴訟
  牧　隆三
- アスベスト被害の救済制度確立に扉を開く・泉南国家賠償訴訟
  弁護団：小林邦子と原告のみなさん
- くいとめられるか地球温暖化・COP15の成果
  あおぞらプロジェクト大阪：中村毅
- 温暖化対策を口実とする原発推進の問題点・プルサーマルの危険
  原発問題住民運動大阪連絡会：木下圏一
- 道路や交差点のあり方で国交省と継続交渉・西淀川裁判和解後の「連絡会」
  あおぞら財団：上田敏幸
- 安全で住みよい大阪を・新大阪環境総合計画の目標は豊かな人間性
  おおさか市民ネットワーク：藤永延代

「もう待てない　公害被害者の救済！守ろう、地球環境！」と題した基調報告では、①原点に立ち返って公害被害者の救済を実現しよう②地球温暖化防止・CO_2の削減は〝待ったなし〟の課題③安全で住みよいまちづくり、喫緊で焦眉の課題となっている3つの課題を示し、「今こそ闘いの時です。『公害は発生源で規制し、汚染者の負担で被害者を救済する』」との原点に立った行動を広げることを呼びかけました。

寸劇「大阪の空気はきれいになったのか・ぜん息被害実態報告」から

- 「お金が大変やから、少々の発作やったら病院に行かんと我慢してんねん」
- 「ほんまにしんどい時しか病院に行かれへん」
- 「休むことが多くて居づらくなり仕事を辞めた。再就職のあてもない」
- 「私は84才で一人暮らしやから、夜発作起きたらどうしようかと、夜が怖いねん」――など、ひどい実態が明らかになりました。
- 「私らも公害認定させるまでほんまに辛かった」
- 「サイフの中見てしか医者に行かれへんかった。医者代払ってる患者さんらの辛さはよくわかる。自分らが良かったらそれで良いとは思われへんなぁ」
- 「わしはずっとこの調子ですわ」
- 「酸素ボンベなしで生きられへん」（酸素ボンベを見せる）
- 「酸素代が月に1万も2万もかかって大変ですわ」

（あおぞら財団：上田敏幸）

COP15参加とデンマーク訪問

榎田　基明

２００９年12月、公害・地球環境問題懇談会（公害・地球懇）代表団に加わり、デンマークのコペンハーゲンで開催された国連気候変動枠組条約第15回締約国会議ＣＯＰ15に参加してきました。私が活動している地球温暖化防止京都ネットワークで代表団を出す計画が立ち消えになっていたところに「数人分空きがある」と誘われ参加することにしました。

ＣＯＰ15参加と言っても気候ネットワークやＣＡＳＡのようにロビー活動がいきなりできるわけではありませんので、会場などでのパフォーマンスと環境先進国として知られるデンマークの環境政策を学ぶ研修の２本立てで日程が組まれました。

会場に入れないＮＧＯ

ＣＯＰ15は日程が進むにつれて１２０カ国もの首脳が続々と到着し、異常な警備強化でＮＧＯがほとんど入場できなくなりました。会議のＷｅｂ中継もインターネット環境の良くない私たちの宿泊先ではＣＡＳＡの早川光俊弁護士からの電話がほとんど唯一の情報源という状況でした。帰国日の12月18日朝、荷物をまとめながら、オバマ大統領専用車の隊列がコペンハーゲン空港を出て行く様子をテレビ中継で眺めていましたが、その後の首脳らの動きを知ったのも成田到着後でした。

パフォーマンスは、ＣＯＰ15会場ではＣＡＳＡのブースを間借りし、公害も温暖化も原因と被害者が共通することから「ノーモアミナマタ」を前面に公害経験を温暖化対策に活かすことを訴えました。別会場でのＮＧＯ主催のKlimaforum09や12月12日グローバル・アクションのClimate Marchにも参加しました。

一方、研修では現地在住の澤渡夏代ブラントさんのコーディネートで、エコビレッジ、環境事務所グリーンハウス、ロスキレ・コムーネの環境課と高齢者委員会、デンマーク生協連合会（ＦＤＢ）を訪問しレクチャーを受けました。先進的なデンマークの環境政策にも課題は多いようですが、環境を守ることが社会システムとして構築され機能していることが日本との大きな違いと感じました。

市民の力が決裂を回避

さて、ＣＯＰ15は惨憺たる結果に終わり、コペンハーゲン（Copenhagen）の街中にあふれていた「Hopenhagen＝希望の港」（hagenはデンマーク語でhvan＝港）のロゴはどこかに消え失せてしまいました。しかし、地球と人類の未来に希望を見いだそうと過去最高の４万人が登録し、10万人とも言われる地球市民がコペンハーゲンに集まったことが首脳らを動かし決裂から救ったのではないでしょうか。

市民や環境ＮＧＯが地球規模の環境問題でも大きな影響力を持つことを確認すると同時に、足元の地域でしっかりと自立して活動することがその力をさらに増していくと実感したデンマークでの10日間でした。（近々、報告書とビデオが完成しますので機会があればご覧いただきたいと思います。）

（えのきだ・もとあき　あおぞら財団特別研究員）

日本はCOP15でも化石賞を受けました

アセスを知れば地域が見える

市民活動のための環境アセスメント講座

神奈川県川崎市で開催

小平　智子

制度が始まり10年目を迎える環境アセスメント法への理解を広げ、市民の参加を促す目的で開催している「市民活動のための環境アセスメント講座（地球環境基金環境再生保全機構主催）」。今年は国の法律ができる前から独自の条例を設けるなど、日本の環境アセスメント制度を牽引してきた神奈川県川崎市で開催しました。3日間の連続講座（1月16日、22日、23日）に21人が参加しました。

京浜工業地帯の中核都市である川崎市は西淀川区と同様、道路と工場の煙により激甚な大気汚染公害被害をうけたまちです。現地見学では、アセス法と市の条例を受け計画された「川崎天然ガス発電所」や、移動のバス内で産業道路による自動車公害を学習、「大師河原干潟館」で多摩川河口の干潟観察と、川崎市の〈本来の自然～公害～アセスによる環境対策の実践〉を見てまわりました。

見学の後は川崎臨海部の工業地帯が一望できる「川崎マリエン」の教室で、川崎市公害患者と家族の会による被害の語りべがありました。「公害にかかったら絶対ぬけないです。必ず夜中に一回は発作が来ます。一回どころではないです」「自分の発作が出たとき、孫が背中をさすってくれたり、大丈夫？と言ってくれます。そういうことが、とても辛いです」公害患者の切実な訴えに参加者は真剣に耳を傾けていました。

ふりかえりのワークショップでは、参加者から「川崎に住んでいるのでいるが、多摩川の河口付近に来たのは初めて。水の透明度に驚き臨海部にこんな自然が残っていたことに感激した」「公害患者の苦しみを知らなかった」などの意見が出ました。

住んでいる地域の素晴らしさや問題点を知ることが、まちづくりへ参加する第一歩。地域を知り、どんな未来にしたいかを考えることで、アセスメント制度の活用にもつながります。逆にアセス制度を活用することは、まちの将来に思いを馳せ、地域を見つめ直すことにもつながります。

受講生のみなさんが講座で得たことをいかし、活躍することを願っています。

（おだいら・ともこ　あおぞら財団研究員）

プログラム

1/16（土）講座：アセスを知る

講義①　参加型アセスへの道～事業者・行政・市民・NPO…各主体の勘違い～
・柳　憲一郎 さん　（明治大学大学法科大学院法務研究科教授）

講義②　アセスを牽引した自治体の役割～日本初・川崎市のアセス条例の特徴～
・沖山　文敏 さん（㈱オオバ環境本部本部長）

1/23（土）現地見学：アセスを見る

川崎天然ガス発電所
産業道路 池上新田交差点
多摩川河口　大師河原干潟館
川崎マリエン

多摩川の自然を観察

講義

川崎市の開発と公害市民運動の歴史
・除本 理史 氏
（東京経済大学経済学部教授）

川崎大気汚染　公害患者のお話
・川崎公害病患者と家族の会　相沢きく枝さん、鈴木八重子さん、
・川崎から公害をなくす会事務局長　田辺秀雄さん

まとめのワークショップ
・参画はぐくみ工房　竹迫和代さん

公害患者さんによる語り部

1/24（日）ワークショップ：アセスを活かす

アセス図書で検証する川崎臨海部開発
・傘木　宏夫 さん
（NPO地域づくり工房代表）

＊開催にあたり、環境アセスメント問題都民連絡会、参画はぐくみ工房、㈲コミュニティ サポート ネットのみなさんにもご協力頂きました。

ほっとニュース

未来の地球さんへ手紙を書いたよ！

空気の汚れ調べ

２００９年12月26日、西淀川区民会館で区内の子ども達を対象に、空気の汚れ調べを開催しました。スタッフを含め50名が参加、大気汚染の一因となっている二酸化窒素の濃度を測定し、結果を報告しました。また、西淀川公害患者と家族の会の事務局長、永野千代子さんが、公害がひどかった時代の西淀川の様子や自分と子どもが公害病で苦しんだ体験などを語りかけました。子ども達の真剣な眼差しが印象的でした。

測定結果は、シールで色分けし地図に貼り付けました。最後に、集まった子ども達が、未来の地球さん宛にメッセージを書き、巨大ハガキにまとめました。地球さんへのハガキは２月９日～３月21日まで西淀川郵便局内で展示しています。ぜひ見に行っていくください‼

大阪市内初の市民共同発電所「ECOまち・さわやか発電所」点灯式

「地球温暖化防止を市民の力で」を合言葉に大阪市で初めての市民共同発電所が東淀川区に完成し点灯式が行われました。（１月11日　月・祝　参加者１００人）

社会福祉法人優光福祉会とＥＣＯまちネットワーク・よどがわが協力し、同福祉法人が運営するさわやか苑（東淀川区）の屋上に太陽光発電パネルを設置しました。点灯式では、もちつきと、廃油回収も実施しました。太陽光パネルの発電量は10ｋＷｈで、年間発電量１万kWです。石油火力発電所と比較して年間７・４ｔの二酸化炭素を20年間にわたって削減することができます。

おねがいとおしらせ

リベラへのご意見･ご要望または投稿をお待ちしています。また、メール通信「あおぞらEXPRESS」を開設しています。ぜひご利用下さい。

配信を希望される方は

http://groups.yahoo.co.jp/group/aozora-mail/

から登録できます。

リレーエッセー

今年に入り、小学一年生の娘が大正琴を習いたいと言い出しました。幼稚園の発表会で演奏したことを機に、興味を持ったようです。（写真右）

ネットで検索し、尼崎で教えていらっしゃる橋本先生のブログに辿り着きました。先生の活動は、教室だけでなく、地域の老人ホームやイベントでの出前コンサート、ラジオ出演など。尼崎を愛し、地域に密着した活動をされていました。時間が合わず、通えそうもなかったのですが、先生に教えていただきたく、思い切って、メールを送ってみました。すると、面識のない娘や私の思いを大事にしてくださり、忙しい中、新しく講座を開いていただけるとのお返事をいただきました。人と人とのつながりが希薄になったと言われる昨今ですが、素敵な先生と出会うことができ、本当に嬉しく思いました。このつながりを大切にしたいと思い、私も一緒に習うことにしました。

つながり

長沼　光世

私が育ち、住居をかまえる西淀川。世代を越えたつながりは、少なくなったかもしれませんが、まだ存在しています。先生のように、西淀川を愛し、つながりを大切に生き、その思いを次の世代につなげていけたらと、考えるようになりました。

（ながぬま・みつよ　フードマイレージゲームサポートスタッフ）

*このコーナーでは、あおぞら財団で一緒に活動するスタッフの近況報告をかねた一言を紹介します。

お知らせ

矢倉海岸定例探鳥会
（日本野鳥の会大阪支部との共催）
日時　4月3日（土）午前9時30分～午後11時30分頃
集合　阪神電鉄西大阪線「福」駅改札口　午前9時30分
場所　矢倉緑地公園

あおぞら財団「ボランティア」の日
日時　4月2日（金）
場所　あおぞら財団事務所内（例外あり）
時間　午前9時30分～午後5時30分（応相談）

てづくりせっけん教室
ローズせっけん～バラの優れた効能がお肌をいやします
日時　4月15日（木）午前10時～12時
場所　あおぞらビルグリーンルーム
費用　2400円（材料費1200円、受講料1200円）
＊事前に申し込みが必要です。
担当：鎗山

お礼

（2009年12月・2010年1月　敬称略）

●寄附・寄贈者
青山台小学校、新井真、石井琢也、伊藤卓次、伊藤雅枝、上杉剛、上田幹枝、大分県立先哲史料館、大阪から公害をなくす会、逢坂隆子、鹿児島西高等学校、柏原純夫、片岡直樹、京都ノートルダム女子大学、蔵本幸治、小林俊康、是枝洋、酒井健一、澤井余志郎、塩貝隆夫、設楽厚彦、芹沢芳郎、辰巳正夫、田中洋子、柘植光代、中島晃、西口勲、新田保次、丸太道子、水俣協立病院、渡辺優子

●お助けボランティア参加者
浅井真二、大野みさ子

事務局日誌

12月

2日（水）　事務局会議
4日（金）　ボランティアの日
7日（月）　将来構想委員会
　　広報会議
8日（火）　事務局会議
9日（水）　ECOまちネットワーク･よどがわ会議
10日（木）　てづくりせっけん教室
　　徳島市第6回環境講座（講師:藤江）
11日（金）　豊中市民環境展
　　あおぞらプロジェクト幹事会
　　スタディツアー統括会議
12日（土）　豊中市民環境展
13日（日）　神戸大学現代GP「アクション･リサーチESDの開発と推進」合宿研修会（～13日、報告:林）
15日（火）　事務局会議
16日（水）　資料館定例会議
17日（木）　西淀川ESD会議
18日（金）　大経大地域調査ヒアリング
19日（土）　四日市公害･環境市民学校2009（講師:林）
　　西淀川交通まちづくり討論会
21日（月）　環境再生保全機構説明会
22日（火）　事務局会議
　　常務会
24日（木）　自転車文化タウンづくりの会幹事会
26日（土）　菜の花紙芝居づくりワークショップ
　　空気の汚れを調べてみよう
28日（月）　大掃除、仕事収め

1月

5日（火）　仕事はじめ
6日（水）　ECOまちネットワーク･よどがわ編集会議
　　「高齢認定患者リハビリテーションプログラムの普及啓発事業」第3回検討会（於:水島）
　　広報会議
8日（金）　リベラ発送
　　ボランティアの日
　　資料館定例会議
12日（火）　事務局会議
　　西淀川公害患者と家族の会新春初顔合わせ会（参加）
13日（水）　ESD-Jヒアリング
14日（木）　第1回環境フロンティア講座
16日（土）　市民活動のための環境アセスメント講座
　　ガン･カモ調査
　　らくらく呼吸法講習会
18日（月）　子どもの参画べんきょう会
　　西淀川ESD会議
19日（火）　事務局会議
20日（水）　大阪市交渉
　　ECOまちネットワーク･よどがわ編集会議／ECOまちネットワーク･よどがわ会議
22日（金）　資料館スタッフ会議
　　高槻エコフェスタ（展示）
23日（土）　市民活動のための環境アセスメント講座
　　2009年度近畿ブロック環境NGO･NPO地域ワークショップ
　　「環境教育新たなステージへ～実践、行動につなぐ～」（報告:藤江）
　　菜の花紙芝居おひろめ会
　　高槻エコフェスタ（展示）
24日（日）　市民活動のための環境アセスメント講座
26日（火）　事務局会議
　　あおぞらプロジェクト事務局団体会議
　　常務会
27日（水）　いばらき環境市民大学（講師:藤江）
28日（木）　第2回環境フロンティア講座
30日（土）　第38回公害環境デー
　　新潟水俣病共闘会議40周年記念行事（参加:藤江、林）
　　タンポポ調査･西日本2010　第3回実行委員会（予備調査結果報告会）
31日（日）　公害地域の今を伝えるスタディツアー新潟現地打ち合わせ（藤江、林）

【編集後記】　親爆弾から無数の子爆弾が放出され、多数の民間人を殺傷する非人道兵器～クラスター爆弾を禁止する条約が8月1日に発効する。その原動力となったのが、被害者の声だという。1999年に発効した対人地雷禁止条約に続いて、NGOが被害者の声を集めて軍縮交渉のうねりを作って、クラスター爆弾を禁止する条約を生み出した。そして、被害者の声が新しい国際ルールを生み出す活動は、核兵器の廃絶へと向かいはじめている。「被害に始まり被害に終わる」が、世界を、地球を動かしはじめた。（T）

『Libella』No.113　2010年3月号（隔月1日、年6回発行）
発行所　（財）公害地域再生センター（あおぞら財団）
編集人　上田敏幸
大阪市西淀川区千舟１－１－１　あおぞらビル４階
Tel.06-6475-8885 Fax.06-6478-5885
http://www.aozora.or.jp/
E-Mail webmaster@aozora.or.jp
印刷所　あゆみコーポレーション
定　価　一部４００円（郵送料込み）
会員の購読料は会費に含まれています。
郵便振替口座　00960-9-124893（加入者名　あおぞら財団）
乱丁・落丁はお取り替えします。本紙掲載記事の無断転載を禁じます。

Bohchu Ippitsu
一忙筆中

佐藤 雅昭（さとう まさあき）

1975年岡山県生まれ。理学療法士。倉敷市にある水島協同病院に勤務、2006年から高齢公害認定患者の呼吸リハビリテーションプログラムづくりのモデル事業（環境省）に参加する。現在、同病院リハビリ科長。妻と子どもの3人暮らし。

最も感謝すべき方はやはり無茶なお願いに応えて頂いた公害患者さん

あおぞら財団との交流が始まったのは約4年前でした。その頃は、恩師の千住秀明教授の元で呼吸リハビリテーションの基礎を学んで約8年目であり、倉敷・児島・水島地域での呼吸器学習会の開催や岡山県呼吸療法士協会の設立へ協力している最中でした。まさか水島の地で遠くの大阪の方との交流が始まるとは夢にも思っていませんでした。

試行錯誤の連続

きっかけは、環境省の調査により「公害病などの呼吸器の病気を抱える方が、高齢化や病気の進行に加え、合併症や心身機能低下により、生活上に深刻な問題を抱えている」という実態が明らかになった事でした。

公害患者さんが病気の治療以外に「楽に動ける方法」や「少しでも快適な生活を送れる」方法を臨床研究から見出す必要性がありました。本格的な研究や実践を行った経験もなく、財団や当院のスタッフともに思い悩むことが多々ありました。夜遅くまで作業に携わることも1度や2度ではありませんでした。1年1年が本当に試行錯誤の連続でした。

効果を実感

開始1年目は外来診療での医師・看護師による指導や声かけ、2年目は多職種を交えた10日間の呼吸器教育入院による講義や実技指導、3年目は教育入院と外来フォローの組み合わせと様々な方法を検討しました。約4年の年月をかけて、現在の教育入院と週1回の外来リハビリを組み合わせて実施することで希望の光が出てきました。1～3年目よりも明らかに患者さんへの効果が出てきたと実感出来ました。

この最終形に辿り着くまでに多くの方から協力を頂きましたが、最も感謝すべき方はやはり無茶なお願いに応えて頂いた公害患者さんです。本当に感謝の言葉だけでは足りないくらいです。息切れや生活の忙しい中で根気強く付き合って頂きました。次年度の事業はまだ不透明な段階ですが、可能であれば在宅にて交流が少なく一人で暮らしている方や教育入院を体験していない方も参加して頂き、効果を実感して頂ければと思っています。

より工夫を重ねて

また、研究で得た知識や経験は院内に留まらず、学会発表や他施設での講義を通じて、様々な医療従事者の方へ発信しました。公害患者さんへの取り組みでしたが、一般の呼吸器疾患を抱える施設の方にも興味を持って頂けるまでになりました。学習会や講義では良かった点・悪かった点を含めて包み隠さず伝えたつもりです。

今後も内容により工夫を重ねて、患者さんや院内外の医療従事者の方にも役立てられる取り組みへと昇華させて行きたいです。