ねじりはちまき

暑中お見舞い申し上げます。

日頃、皆様には格別なお引き立てを頂き誠に有難く厚く御礼申し上げます。

今後も旧に倍してのご鞭撻の程をよろしくお願い申し上げます。

7 月 1 日半夏生と富士山の山開きです。7 日七夕、小暑です。

19 日土用入、21 日丑の日、22 日大暑となっております。

夏の土用に灸を据えると効果があるとの俗信によりわざわざ土用を待って鍼灸院に出かける人がいます。俗信のついでに言えば『丑の日に灸を据えると良く効く』は香川県で言われる俗信ですが日向地方(宮崎県)には『すいてはならぬ』の言い伝えが残っています。

土用の丑の日には鰻だけにしたほうがよろしいのではと思います。

酷暑で食も細くなりがちですが栄養はしっかり取って元気でこの夏を乗り切ってくださる事を心から御祈り申し上げます。

幸田常一

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

お世話になっております。

ひき続き本宮市の現場で、水害による復旧工事をさせていただいております。

夢を見続ける男　NO７５

感染症について考える

新コロナウイルス感染が本県などは落ち着いてきたと見えるが、東京などは未だだ。いずれにしても、ワクチン開発までにはまだ時間がかかり２波の感染拡大の恐れもあり、油断は禁物だ。それにしても、今回の感染拡大は、世界的にも、我が国においても社会・経済両面で例を見ない甚大な影響をもたらしたものである。

先ず、世界エイズ・結核・マラリア対策基金のグローバルファンド戦略投資効果局長の國井修氏の解説を紹介・参考にしながら　今回の感染劇を振り返って考えてみたい。

國井氏によると、400年前のことだが、今回と同じような世相が見られたようだ。1630年にペストに見舞われたイタリア・ミラノを描いたアレッサンドロ・マンゾーニ著「婚約者」（1827 年）には、外国人排斥、権威の衝突、専門家への軽蔑、暴走する世論、生活必需品の略奪、さらにはユダヤ人が井戸に毒を投げ込んだというデマ、異分子への弾圧と迫害など理性を失った人間が自らを恐怖の渕へと引きづっていく姿が描かれているという。

「見えない敵」は恐ろしく、実体より大きく感じてしまうもの。不安やパニックに陥ると人間は周りが見えなくなり、正しい判断がしずらくなるのは、いつの時代も同じらしい。

人類の歴史は、感染症との闘いともいわれる。メソポタミア時代（前 3000 年）、既に感染症（疫病）は四災厄の一つに数えられ、古代エジプト（第一王朝・前 3000 年）を含む様々なミイラのゲノム解析などから、天然痘など感染症との闘いの跡が見られる。

感染症は歴史上、戦争を超える犠牲者をもたらしたといわれる。第一次大戦の戦死者１６００万人、第二次大戦の戦死者 5000 万人～８０００万人に比べ、１９１８～１９１９年に流行したスペインインフルエンザ１回で何と５０００万人が死亡したのである。

ペストは何度も世界流行（パンデミック）を記録し、特に 14 世紀にヨーロッパを襲った「黒死病」と呼ばれる大流行では、推計死亡者数は１億人に上るといわれている。

他にも世界で７回のパンデミックを起こしているコレラ、強い感染力と致死力でインカ帝国やアステカ帝国を滅ぼした天然痘、「現代の黒死病」と呼ばれ、治療しなければ致死率が100％近かったエイズなど、人間にとって「恐ろしい感染症」はたくさんある。

これらに対する医療技術や医学の進歩は最近のことであるといっていい。つまり、初めてのワクチンの開発（天然痘ワクチン）が１７９８年、感染力のある細菌（炭疽菌）の発見が１８７６年、抗生物質（ペニシリン）の発見が 1928 年、わずか１００～２００年前の出来事だった。このような治療薬やワクチン、診断法の開発、公衆衛生の改善によって人間は感染症との戦いで優位に立てるようになったのである。

続けて國井修氏は“新たな感染症がなぜ発生するのか”その原因について語る。

・このような新たな感染症が発生し、流行する背景に何があるのだろうか。一つは、近年森林伐採や土地開発などに伴い、自然環境が破壊され、生態系が増えたことだろうか。

・デング病は、１９６０～2010 年まで世界で発生率が 30 倍増加した。人口増加、都市化、海外旅行の増加、地球温暖化が原因といわれる。

・二つ目の背景は、近年は抗生物質に対する薬剤耐性菌が問題になっている。投与された薬剤（投与の仕方や薬剤の性能に問題があって）に対し、生き残った病原菌が効かなくなってくる。それが周囲に伝播していくのである。

これで言い尽くされているかどうかは、門外漢の小生には分からないが、次に世界の学者が今回の新コロナウイルス感染の拡大をどうみているか、あるところからお借りして紹介したい。新コロナウイルスはそもそもコウモリとは共生の関係にあるとのこと。

①イギリスの科学誌「ニューサイエンシスト」（2 月 18 日号）は“動物からくるウィルスたち」を特集して次のように述べる。

・人間以外の動物に棲むほとんどすべてのウィルスや細菌は、人間に全く無害である。しかし、そのうちごく僅かな割合のものは、いわゆる“人間に感染する動物病”を惹き起こす。そのような病気は、私たちにとっては大問題だ。（中略）人間に感染する動物病のすべてが、人間に深刻な症状を起こさせるのではないが、例えばエボラウイルスは感染した人を殆ど死に至らせる。この動物病の死亡率がこれほど高い一つは、そのウィルスに対する先天的な免疫を人間がもっていないからだ。もう一つの理由は、これらのウィルスが人間に適応していないからだ。人間同士の間で伝播するウィルスは、時間が経つうちに人間に合わせて死亡率を下げる。そうすれば、ウィルスたちの勢力拡大がしやすいのだ。感染後一日以内に人間が死んでしまうと、それ以上繁殖できない。動物の体内にいるウィルスに感染するためには、そのウィルスに感染している動物と人間が接触しなければならない。
②オーストラリアの生物学者のジェーン・グドオール博士は、今回の事態について「人間の地球規模の自然と動物軽視が原因だ」として次のようにいっている。
・ウィルスが動物から人間に感染する原因の一つは、動物の生息地の減少と大規模農業に伴う森林伐採にあり、これにより動物同士の、また動物と人間との接触が深まり、異種間での感染に結びついている。

以上、これらの科学者、国井氏の見解をあわせ考えると、小生としては次のように受け止めたがどうだろうか。つまり、ウィルスはそもそも自然界で共生の関係で居場所があったのだが、ところが居場所のあった自然界が人間によって破壊されてそれを失い、自然界が破壊されることによって人間との関係が近接し、人間に感染と言う形で居場所を求めてきた。人間に居場所を求めたけれど、最初からうまくいかず、人間の方が死亡したりして、居場所を失う事態も生まれたので、次第に死亡率を下げるようにして居場所を拡大していく。つまり、時間をかけて人間との共生の関係を築いていこうとしている。
これはウィルスの立場から観た場合であるが、人間にとってウィルスはあくまで“天敵”であり、一刻も早くワクチンを開発してウィルスを排除しようとする動きに出るのだ。
どうも新型ウイルスの感染拡大の原因は自然を破壊してきた“人間の側”にあるようだが、皆さんはどう思われるだろうか。いずれにしても、何か学ぶべきものを見落としてはいけない。

余談だが、今回の感染拡大で残念なことが見受けられた。それは、感染者に対して“菌を持ち込んだ”として偏見や差別、非難する動きが一部見られたことである。それに加えて、医療従事者に対してもその恐れありという眼が向けられたのだ。従事者の子供が保育園で預かってくれないということまであった。こういう情報に接して思い起こすのは、東電の原発事故の時のことだ。事故で県外に避難した人が、車が福島ナンバー故にガソリン供給を断られたり、避難した小学生が転入の学校で“菌扱い”されてイジメにあったりした。こういうことは、繰り返してはならないと切に願うものである。

余談のついでにもう一つ。今回のような感染拡大の中で、我々の出来ることは“示された予防策”を一人ひとりがしっかり実行することであり、これからも“新しい生活スタイル”を日常的に定着させていくよう努めることである。我が国の歴史をみると、流行り病(疫病)に襲われた時が度々あり、江戸時代末期にはコレラが大流行し、24万人が死亡したとの記録がある。さらに奈良時代に遡ると、聖武天皇によって東大寺が建立されたのも、疫病が蔓延(その他、飢餓や地震も相次いだ)したのを鎮め、人心を一新したいとのことであったという。拡大した感染症を一刻も早く終息させたいと願うのはいつの時代も同じであろう。その願いが是非とも現実のものとなりますように。今回はこれで終わりとする。

源氏伝説の高旗山

猫魔ヶ岳、雄国沼ニッコウキスゲ

【今回登った山の概要】

（百は日本百名山、◎は日本二百名山、○は日本三百名山、う百：うつくしま百名山、数字は標高）

①6 月 17 日（水）高旗山　（う百、たかはたやま 968m、郡山市）

②7 月 5 日（日）猫魔ヶ岳（う百、ねこまがたけ 1404m、北塩原村）
雄国沼（おぐにぬま、湖面標高 1090m）猫魔ヶ岳や雄国山、古城ヶ峰、厩岳山などを外輪山にもつ、猫魔火山のカルデラにある湖沼。（ウィキペディア）

①6 月 17 日（水）

梅雨入り後の晴れ間を縫って郡山市西方の高旗山に登った。震災の年の 12 月に登って以来の高旗山。県道「郡山・湖南線」を西に向かい、源田湯バス停付近から左手の林道「日山・源田線」に入り 5ｋｍほど行くと、「高旗山ハイキングコース・・・・・所要時間 45 分・・・・・」の案内板がある。

樹林の中の緩やかで歩きやすい道は「宇奈己呂和気神社（うなころわけじんじゃ）」の参道である。山頂手前の丸太の鳥居のところで、鈴を鳴らして山頂に至る。

トタンで覆われた石の祠に手を合わせる。小広い山頂からは、北側のすぐ近くに安積山連峰（う百、東北百名山。大将旗山 1056m、額取山 1009m）、東側の郡山市街地は光の反射でまぶしい。南西すぐ近くに TV 電波の反射板のある笠ヶ森山（う百 1013m）、その右奥に二岐山（○、う百、東北百名山、会津百名山 1544m）、北西の方に猪苗代湖、その南側には布引高原の風力発電（65,980kw　国内最大級）の風車が並んでいる。猪苗代湖の奥にひと際高い磐梯山（百）、山頂付近に架かっていた雲が流れ去った磐梯山はすくっと天をつく姿がかっこよかった。

朝食のおにぎりを食べてゆっくりする。

高旗山は、登山というよりもハイキングコースで、短時間で山頂での好展望を得られるので、山に登ったことのない人に特にお勧めしたい。愛犬との散歩感覚で登っている人がいるのを聞いたことがある。

登山口に戻ったら熟年男性が一人これから登ろうとしていた。あいさつを交わす。

そのあと、車で久しぶりに安積山連峰の登山口の一つ、御霊櫃峠（ごれいひつとうげ）に行き、ザレた道を最初のピークまで登って、縦走路を眺めた。かなり以前試してみたが、またいつか車２台で、１台を御霊櫃峠に回しておき、滝登山

口か熱海登山口から登り、額取山（ひたいとりやま）～大将旗山（たいしょうはたやま）を縦走する山行をしてみたいと思った。

高旗山、大将旗山などの山名は八幡太郎源義家が奥州征伐の際に旗を高く掲げたことに由来するとの伝えや、額取山は、義家が元服の儀式で額を剃ったことに由来するとの伝えがある。高旗山の麓にある源田温泉は傷ついた兵士が湧泉を浴びて完治したことから「源」の一字を採り、源田温泉と呼ばれるようになったなどの言い伝えは興味深い。また万葉集に詠まれた「安積山影さえ見ゆる山の井の浅き心をわが思わなくに」の「安積山」や「山の井」の所在の有力な説の一つとなっていて、そんなことを考えながらの山行もまた楽しい。

②7 月 5 日（日）

梅雨の最中、連泊する遠くの山行ができなくてモヤモヤしていた。
思い立って急きょ妻がおにぎりを作ってくれることになり、裏磐梯・北塩原村、雄国沼のニッコウキスゲを見に行くことにした。妻は愛猫と家にいることを選択。今回も単独行となる。

8 時自宅発、山登りには遅い出発だ。猪苗代 IC を下りると霧雨になってきた。裏磐梯五色沼辺りから雨になったが雄子沢（おしざわ）登山口に近くなると弱まってきた。少しの距離でも天気が異なる。

登山口の手前から道路には所々「路上駐車はしないでください」との看板が立っているが、路肩に少し余地があるところには車が数台ずつ止まっている。9 時過ぎに着いた登山口駐車場は満杯で、溢れた車が近くの路肩に縦列駐車している。さて、困った、より遠くの路肩に停めるしかないかと思っていたら、登山口すぐ近くの車が出るところだった。早朝に登山を始めた人が下山したのだろう。運がよかった。

カッパ上下を身に着けゆっくりと準備し、参考までに駐車場の車のナンバーを見てみたら、八戸、宮城（マイクロバスも）、仙台、山形、新潟、栃木、宇都宮、水戸、練馬、多摩、湘南、金沢など。地元福島の車は少ない。

9：40 登山口発。熊とソーシャルディスタンス注意の看板が設置されていた。登山道は高く薄暗い樹林の中、ほぼ水平、緩やかなアップダウンを繰り返しながら登っていく。何組かを追い越し、下山のグループとすれ違う。軽装の人たちのスニーカーは泥にまみれている。マスク姿の人の数は多くはない。泥にはまらないように「花」を鑑賞する余裕はない。

約 1 時間で樹林帯を抜けたところに立つログハウス風の雄国沼休憩舎に着く。曇り空だが雨は降っていない。休憩舎の内外には県内高校生の 20 人ぐらいのグループを含め 100 人くらいの人たちが休んでいた。これでは都市公園よりも「密」の空間だ。雄国沼の木道も渋滞だろう。自分は少し立ち止まっただけで、ニッコ

ウキスゲを見るのは後に回し、前方左側の猫魔ヶ岳への道を進む。

湿っぽい樹林帯の緩やかな道を進み、何度か沢を渡り、次第に勾配が増して、11：55 いくつかの丸みを帯びた岩が重なる「猫石（ねこいし）」着。先客に若者のペアと中年女性の二人連れがいた。2 時間以上休まずに歩いたので適当な石に腰掛け、水分を補給する。

単独行の白髪交じり短髪の男性が登ってきて話す。彼は八方台登山口から登り雄国沼まで行って引き返し、八方台に戻る途中とのこと。還暦を過ぎたくらいの年齢か。大工さんで年に 60 回以上山に登るとのこと。毎週の休みのほかに仕事が切れたときは山に行くとのこと。先週も雄国沼のニッコウキスゲを見に来たが今回は花の数が少なくなっていたと言っていた。

彼が先行し猫石から一旦下り、登り返して 15 分程で猫魔ヶ岳山頂着 12：30。確かに健脚で自分の歩きに合わせてくれた。話しながらおにぎりを食べていると、下界の雲が薄くなり、猪苗代湖が見えてきた。白い雲に覆われた山々に囲まれ、眼下に、間近に見るせいか湖がコンパクトに丸く見える。「会津村」の見守り観音像の先に会津若松市街地が広がっている。しかし 10 分ほどでまた雲が湧いてきて見えなくなった。ほんの束の間の出来事だった。梅雨ただ中の山行へのプレゼントと思うことにする。

13：05、八方台に下山する彼と別れ雄国沼に引き返す。14：25 雄国沼休憩舎着。熟年のペア 2 組と女性二人の 6 人が外のベンチで休んでいるのみだった。午前のあの賑わいは何だったのか。

雄国沼畔まで 1.1ｋｍの標識。木道からニッコウキスゲの群落を独り占め。また来年も来ようと思う。

木道を一周し休憩舎に戻ると誰もいない。15：30 雄子沢登山口に向かう。青空がのぞき薄日が差してきた。16 時半過ぎ登山口着。帰路につく。

令和２年７月　ＮＯ９２　　アンチ・エイジング　山旅遊人

<会社近況>

7月に入りました。梅雨になり雨の日が続いております。昨年の10月に起きた台風の現場復旧工事をさせていただいておりますが、熊本、鹿児島のニュースを目にすると当時を思い出し何とも言えない気持ちでいっぱいになります。福島県と同じように地震、水害と続く熊本、鹿児島周辺の方々が、どうか無事に過ごせることを願っております。

＊＊＊

防ぐ 7月

『免疫力向上』

暑い夏が本格的にやってきました。モロヘイヤとオクラの味噌汁で免疫力向上をし、夏バテを防止して、美味しく免疫力をつけられたら良いですね。
モロヘイヤにはゴーヤの約29倍ものβカロテンが含まれており、食物繊維、カルシウム、ビタミンK、葉酸と栄養成分優秀な健康食材だそうです。オクラも同様、ねばねば成分であるペクチンなどの食物繊維が整腸作用を促し、大腸がんのリスクも減らしてくれるそうです。そして、味噌汁に入れることで栄養分を余すことなく摂取出来ます。ウイルスなど怖いこんな時だからこそぜひ試してみて頂きたい組み合わせです。

＊＊＊

令和2年7月5日発行
有限会社　幸田建設
＜発行責任者＞幸田久美
〒969-1204
本宮市糠沢字八幡1-1
電話 0243-44-3816

<後記>

最近のお味噌汁は、仙台みそで作っているホシノです。
本当は白みそが好きですが、仙台みそも、コクがあって美味なのでおすすめです。　（ホシノ）