



福祉と住環境を考える

ふくてつく

2004年11月 第61号

特定非営利活動法人 ふくてつく

559-0034大阪市住之江区南港北2-1-10 ATC ITM棟11F Iビル L TEL/FAX 06-6614-6800 ホームページ http://www.occn.zaq.ne.jp/fukutech/

「よりあい金剛」を担当するアソして今日ご紹介する...

9月定例学習会 平成9年9月4日(土) 建築家 西川 三記子氏 *



生協アイサービス施設「よりあい金剛」 企画から完成まで

私、一昨日にうっかり怪我をしました...

よりあい金剛は地域の老年寄りとしての「第2の住宅」をテーマにしました...

ました。大阪府ではハートビル法の以前に全国に先がけて福祉まちづくりの条例をつくるなど...

はじめは中古住宅をいくつか物色しましたが...

- ◎地域の福祉拠点。 ◎自然環境とエコロジーの共生。 ◎民家ではできなかったサービスの提供 等々です。

先にもお話ししたように木造ということにこだわりました...



度5や痴呆の方のお世話はスタッフ運営上難しいと判断したので...

地域の方との交流(声かけなど)も定着しつつあります。今、利用者の間からあがっている声は...

トイレ川柳 「フルクアー 副島ぶらむ 水の音」 読み人:ヘルパー

このむねつと事業部 1年をふり返って 民衆にたいしては担うこと... 入居者が余り少ない... 生活の質を上げる... 地域に根ざす...

未京みだ第広進しててしいするものて民加運さ地修むウは関抛居模たのなしを習すまなでるいじい単くが動民して... 入居者の増加... 生活の質を上げる... 地域に根ざす...

キシ指リス た所さP験た瀬サなトタ得金ス提のなるこ... 入居者の増加... 生活の質を上げる... 地域に根ざす...

の度をド自治実がイのき期た頭修一き非こバ員染け検考とそきヒ研究でザに況つははあ... 入居者の増加... 生活の質を上げる... 地域に根ざす...

て予度両いだい実にべ分修と件り7宅数2 いう労働も図改全市約て員委件よ... 入居者の増加... 生活の質を上げる... 地域に根ざす...

まいでにす先し会学でをなさ熱瀬戦をてメにに結員で目... 入居者の増加... 生活の質を上げる... 地域に根ざす...

病気になるたくてもなれない話



10月定例学習会

平成16年10月2日(土)

工学博士 宇田 成徳氏

* * *

広島大学の応用化学科卒業、松下電工に就職。洗濯機開発部で排水のホースを發明、2008年後の今も使われてます。その他いろんな部門で發明、特許出願数490件、そのうち特許登録数180件。1996年アメリカで發明界のオスカー賞にあたるR&D賞を受賞。私は材料一筋でしたが、定年5年ほど前からいろんな友人より病気になるの相談を受けるようになりました。もともと考えることが好きだったので、ジャンルを問わず喜んで考えるようになりました。

(おいしい焼酎の發明の話もありました。少し紹介。おいしい焼酎をつくるためにはおいしいさつまいもが必要。おいしいいもをつくるためには畑に塩をまく。話は本題に。)

・病気が疲れから疲れの元さえ絶てば病気になるません。私は今の歳。60歳から健康診断を受けています。現在200坪の家庭菜園でクワ仕事を、朝5時から夜7時までしています。プールに行けば、2000Mをノンストップで泳ぎます。

・水分をたっぷり摂れば、病気は2分の1に減らせませ。水分を多く摂れば、毒素の多いおしっこを薄いうちに出してしまいます。それで腎臓の疲れをなくせます。1日2リットルくらいが理想です。私は今、炎天下の畑作業中、ペットボトル3本の水を飲みます。・アトピーにミネラルをミネラルをたっぷり摂れば、病気は5分の1に減らせます。

友人からよくアトピーについての相談を受けました。3ヶ月考えました。そしてこれだと確信できることを思いつきました。生命体は海が原点です。昔はアトピーという病気はありませんでした。

・夜、よくこむらがえりを起こす人はミネラルが不足しています。・塩分の取り過ぎは短命(平均寿命が低い国(ブラジル他)の人は塩分たっぷりから肉をよく食べる。塩分をとり過ぎると心筋梗塞、脳卒中で早死にしやすい。・冷たいものを控える(冷たいものを胃に入れると消化機能が著しく低下、栄養が摂取できなくなるため、すぐにばててしまふ。・快便をしよう(便秘も毒、長くためておくと直腸が疲れて、ガンになりやすい。・食べ過ぎは風邪のもと(私も昔はよく風邪をひきました。何故ひいたのか、い

んでした。現在、化学肥料で栽培する野菜を摂取するため、どうしてもミネラル不足になるのです。そこで「健康ふりかけ」をつくり、いろんな友人やその家族に試食してもらいました。3週間から2ヶ月半でその効が顕著に現れましました。ミネラルをとれば女性も立証しました。※「健康ふりかけ」の作り方(こんぶ・ちりめんじゃこ・かつお・白ごま・黒ごま(各等))をまぜて粉にする。

子ども木工教室

市民フェスタおおさか

見事に晴れ渡った秋の日「市民フェスタおおさか」(昨年まで「ボランティア市民活動フェスティバル」でおおさか)が行われました。

10月17日(日)9時、大阪城公園太陽の広場に木工部のメンバーが集まりました。ここでは毎年、子ども達に木片を使って自由に作品づくりを楽しんでもらう「自由木工」です。無料ということや小さな子どもで

のすごいエネルギーを消費します。・宇宙は最高の均衡状態、すべて喜び(自然界は内圧、外圧の最高のバランスがとれています。苦難はあとでいい結をもたらしませ。・セックスは麻酔、ほどほどに快感は自然界で麻酔と同じ効、年をとると倦怠感がでます。倦怠感というのは軽い仮死状態で疲れている。これを早くとってやれば病気になるません。(記 畑 俊治)

も金ツチ・ノコギリを使わずで大変人気があり、多くの子どもが参加します。昨年までは、ふくてっくはボランティアということではフェスタへの参加費は不要ですし、主催者からお弁当や謝礼をいただいていたのですが、今年からは主催者の経済的理由からボランティアといえども参加費等を負担しての参加となりました。

お昼頃から子ども達が増え始め、たちまちテントの中は人であふれんばかりとなりました。そんな中、池端さんは次の木工教室の準備に一所懸命。なんでもクリスマスツリーを作らな



(和泉 秀子)

設計部企画

秋の天王寺七坂めぐりと蘆薈のくどい?

9月28日(土)設計部磯田氏の蘆薈を聞きながら歴史のある谷町九丁目から四天王寺までの間にある天王寺七坂を歩く企画に、12名が参加しました。大阪らしい蒸し暑いなか出発です。

最初は坂の東西に真言宗六坊があることから真言坂と言われる坂を上り、生國魂神社に入りました。色々といわれのある沢山の神様を祭っています。また、薪能や上方落語の彦八まつりなどを開催していますから、大阪の文化を楽しむことができますね。

道路に埋め込まれている歴史街道のサインを見ながら源聖寺坂の石畳道を下り、松屋町筋に出ました。この筋は各宗派のお寺が並んでいます。よく見ると門構えや屋根など色々様式の違いがあり、磯田リーダーから口演してもらいました。

道の起伏が「蛇(くちなわ)」に似ている事から名前が付いたといわれる口繩坂は、JR西日本三都物語のポスターに使われた場所で、とても風情のある坂で

定例会のお知らせ

12月 日時 12月4日(土) 午後1時30分~5時 場所 大阪市立社会福祉センター 会議室 内容 未定 1月 日時 平成17年1月8日(土) 午後1時30分~5時 場所 大阪市立社会福祉センター 会議室(予定) 学習会 中村 友治氏 大阪工業大学 (テーマ未定)

小阪カルチャー スクール

8月25日(水)

は朝からうだるような暑い日でした。今回は珍しく、企業主催の木工教室でした。此花倉庫で荷物を積み、有馬さんのお知り合いの方と小阪へ行くこと杉浦さん、



東淀川区民まつり

9月19日(日)朝から

秋晴れの天気でした。会員の高木さんが所属するボランティアグループ「ちよぼらの会」のメンバー、ふくてっくの有馬さん・光川、区社協職員とで10名あまりのスタッフでの木工教室開催でした。搬入・搬出は立満さんの会社の方をお願いしました。

作品は「ふくろう型エンピツ立て」です。多くの子ども達が参加し、材料は

キッズプラザ

9月25日(土)



ズプラザで木工教室がありました。作品は「ネジアニマル」ですが、今回は木材にダンボールを加え、「クマ」「ワニ」を自由にデザインできるようにしました。ネジアニマルは今までに何度も作ってきましたが、ダンボールを加えることにより創造力が増し、個性ある作品となりました。準備の段階でどこまで子ども達に作業させるかの見極めが必要でしたが、判断は正しかったようです。

運動会シーズンで参加者が少なかつたのですが、充実した木工教室でした。参加者 有馬・松本・池端・長岩・光川 (光川 環代)

ぼらの会」とふくてっくが計画段階から一緒に進めることになりました。(光川 環代)



あつと言う間に無くなってしまいました。子ども達はスタッフに教えてもらいながらの作業で、出来上がり満足した様子です。嬉しそうに帰っていく姿を見ると、こちらも嬉しくなります。来年の木工教室は「ちよ