

守る会岡山 40号  
2019.6.1発行



森永ひ素ミルク中毒の被害者を

# 守る会岡山

岡山県本部事務局

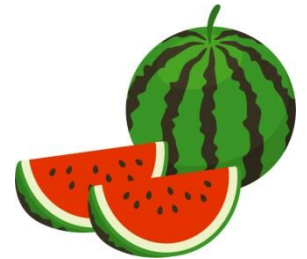
〒700-0984 岡山市北区桑田町 18-28

明治安田生命岡山桑田町ビル4階

086-232-3855



梅雨が過ぎて、また酷暑の夏がやって来ます。  
暑さに負けず、熱中症にならないように  
十分な水分補給をしましょう。  
今年は災害の無い夏になりますように！



「南 常子さんを亡くして想うこと！」

岡山県本部委員長 森脇 良明

「岡山は守る会運動の発祥の地だから・・・」という言葉が聞かれます。この事は、嬉しい半面責任を感じます。

この言葉は、全協（被災者同盟全国協議会）が厚生省・森永乳業の巧妙な攻撃にあい、結成から8ヶ月で解散しました。

解散後も岡山の親たちだけは、被災した子供たちを守るため、「岡山県森永ミルク中毒の子供を守る会」をつくり細々と活動を続けました。この組織が、「現在の守る会の原形」になりました。

しかし10周年記念集会で執行部から「子供も大きくなり、守る会も穏やかになってきたので、この会を解散したいと思

います。」と提案がありました。何も知らず出席していた南さんはびっくりして「うちの子はいろんな病院を探してみたけれど、診てくれるところはほとんどなかった。今解散されたら何処を頼りに病気を治したらよいのか？心細いので、続けてください。」と強くお願いしたそうです。

すると他にも数名の親から同様の意見が出され、その場で役員会が急きょ別室で行われ、解散中止が決定されました。南さん達が岡山の守る会活動の灯が消えかけた時に、最後まで頑張ってくれたから現在の守る会があるのです。

また、10周年記念集会では、精密検診の実施方針が決定され、水島協同病院の松岡先生が担当することになりました。そしてその35名の精密検診結果は、阪大丸山教授の14年目の訪問公表後の日本公衆衛生学会での論争で、臨床的な裏づけとなり大きな役割を果たしました。

南さんのお葬式に参列しました。被害者で娘の早百合さんは大切に育てられ、ずっと一緒に過ごした最愛の母を亡くし泣いておられる姿を見て、寂しさはひとしおだと思いました。



私は南 常子さんに岡山県本部の60年記念行事「親たちの想いを受け継いで」のDVD制作の時、事件や当時のお話をお聞きするために何度もお家を訪問しお世話になったので、もらい泣きしてしまいました。岡山の守る会運動の基礎を築いた親御さんを一人また一人と亡くすることは淋しいです。

私たちは65歳という節目を機会に「恒久救済」というすばらしい救済制度を残してくれた親たちの想いを受け継いで、会員同士助け合う輪を広げませんか？

守る会の行事として5月11日(土)～12日(日)に19名で、亡くなった被害者法要のため、高野山『龍泉院・慈母観音(奥の院)』に行ってきました。その帰り道、会員さんの一人が「わしらは同じミルクを飲んだ同級生じゃからのう！」と言っていました。

これから歳を重ねるとますます会員同士助け合う活動が必要になってくると思います。お互いの健康を気遣ったり、障害のある仲間に寄り添ったり、障害のある仲間から学んだり、支部活動や自主的グループ活動に参加して頂きたいと思います。

まず、集まる事が大切です。ご協力ください。共にがんばりましょう。

## 「効果的な骨の老化予防と強化」備前班健康懇談会

備前支部 入屋 健二

備前班健康懇談会が「骨の老化予防と強化」をテーマに、1月20日(土)赤堀静枝 運動指導員のご指導のもとで、15名の参加者が熱心に学びそして有意義な時間を過ごしました。



まず、赤堀指導員より年齢を重ねることにより骨量(こつりょう)が減少し、運動機能も低下する為に、ちょっとしたつまずきにより転倒し骨折にいたる危険が高まってくる。その対策として、「バランスの良い日々の食事と体力に合わせた筋肉トレーニング」などによって、効果的な老化予防を図るなど、Q&A含めてわかりやすく丁寧に説明をしていただきました。

そして、筋トレの体験に移り、イスに座った状態での「ストレッチ体操」に始まり、理想的なフォーム・姿勢での「歩き方講座」のステージへと進みました。

正しく歩くポイントは ①視線を前に背筋を伸ばし肩の力を抜く。②歩幅はなるべく大きくする。③前に踏み出す足はつま先を上げかかから着地する。④後ろ足はつま先で地面をしっかりと蹴る。ということで、さっそく部屋の中をさっそうと格好良く歩く練習をしました。身体も温もり最後は、BGMに合わせて、軽やかなりフレッシュ体操を行い、参加者の皆さんも心地良い汗をかくことができて「気持ち良かった～」との感想でした。



今回学んだ「筋肉は何歳になってもつく。運動の習慣化と日常の心がけが大事」このことを肝に銘じながら加齢に備え、日常生活を楽しみたいと思いました。今後も機会があれば、より多くの方が気軽に参加されることをおすすめ致します。

## 嚥下機能（飲み込む力）について

備中支部 中倉 隆巨

最近、食事中にむせたり食べ物が飲み込みにくくなったりと心配事が増える年齢ですが、皆さんはどうですか？

1月20日くらしき健康福祉プラザにて「<sup>えんげきのう</sup>嚥下機能（飲み込む力）について」言語聴覚士<sup>こにし</sup>の古西先生を講師にお迎えし「楽しくおいしく食べる学習」と個別に嚥下機能チェックをしていただきました。

- 第一に、食事に集中して上を向いて飲み込まない事。
- 第二に、ゆっくりと一口ずつゴックンして食べる事。
- 第三に、食事を楽しむ事。

などのお話と、口・声の体操「口をあけて、あ〜」「閉じて、ん〜」「横にひいて、い〜」「すぼめて、う〜」「ぱ・た・か・ら」と大きな声で皆さん真剣な表情で取り組んでいました。

また、一人ひとり、摂食・嚥下障害の質問（問診）チェックを行い、先生からあごの下、のどの筋肉の動きの触診や飲み込み機能のテストを受けました。

判定にホッとしたり、不安が増したりと自分の嚥下機能を知る、とても有意義な健康懇談会でした。

## 第3回楽生関節クラブ開催

備前支部 入江 弘



3月16日（土）岡山駅西口の国際交流センターで、第3回楽生関節クラブを吉岡幸子先生と整体師の先生をお迎えして開催しました。

県内の被害者8名が参加して椅子に座ったまま出来る運動やストレッチ・簡単にできる脳トレーニングを兼ねた筋力アップ運動など、優しく丁寧にアドバイスしていただきました。最初は準備運動から始まり

「いち・にい・さん・しい」とゆっくり、手や足を動かしたり首を回したりして少しずつ身体が暖かくなり、リラックスしてきました。

10分位して脳トレに効果のある動きになりスピードが徐々に速くなってきました。

そしてもう来るぞ、もう来るぞと思っていた矢先、前回のよう、私の頭では付いて行けないような手拍子を入れた運動が始まりました。「いち・にい・さんし・右・左・右・左・グウ・チョキ・上・下」Mさんがチラチラ私の動きを見えています。

手と足がちぐはぐになり、思うように動きません、Y子さんも体を揺さぶりながら楽しそうに苦しそうなリズムをとっています。S子さんはピアニストだけあって動きが軽やかです。

私は先生と一瞬目と目が合いましたが私の不自然な動きはどうにも止まらない状況です。

すると先生は前回と同じように間違っても大丈夫ですよ、笑っていただければいいんです。脳が色々なことを考えて活性化されますからと励ましてくださいました。



少し休憩をした後、整体師の先生から腰と背中ストレッチ・太ももの裏側を伸ばすと腰痛が消える運動・筋力チェック腹筋チェック等々実技指導していただきました。

あっという間の一時間でしたが身も心もすっきりして体が軽くポカポカになりました。

これからも関節クラブに参加して健康寿命を延ばしてミルク仲間の友情を大切にして守る会に参加して行きたいと思います。皆さまも始めてはいかがでしょうか。あくまでも無理のない範囲でお願いいたします。

## リフレッシュ会に参加して

備前支部 吉田 康子



3月9日から3月10日にかけて備前市にあるいこいの村でリフレッシュ会を行いました。

参加者14名、グランドゴルフと歴史勉強会で有意義な時間を過ごしました。

天気は良く、グランドゴルフの会場は、長い階段を降りて少し遠かったけど、海を見ながらゆっくり歩いて行きました。ボールの行方に、

「あらどこに行くの?」「真っ直ぐ行って!」と大きな声を上げながらプレイを楽しみました。

温泉に浸かり、お魚中心の夕食を取り、カラオケで多いに盛り上がり、日頃の疲れを癒しました。

次の日は、歴史勉強会で平松さんから色々な事を教えて貰いました。事件当初から今までの、医師の対応状況、森永ひ素ミルク中毒の患者の診察をしてはいけないと戒厳令が敷かれていた事、それを不服として被害者達を助けなければいけないと立ち上がってくださった民医連の方々、松岡先生のお陰があったのだと教えてもらいました。楽しみにしていたのに、体調不良で参加出来なかった方や、時間の都合で参加出来なかった方も、来年度も計画しますので、参加宜しく願います。

## 岡山いこいの村でのリフレッシュ会

備中支部 小林 修二

3月9日10日の一泊2日で、虫明の岡山いこいの村でのリフレッシュ会に参加しました。

ブルーラインから山路をくねくねと登る途中に[<sup>むしあげせと</sup>虫明迫門の<sup>あけぼの</sup>曙]日本朝日百選景観眺望地なるポイントを通過し頂上付近の会場に到着。

小豆島など大小の島々がありロケーションは素晴らしく、ちょっと観光モードにスイッチオン、午後2時過ぎ頃からグランドゴルフ開始。

皆さん一様に「あー弱い!!」「あー強い!!」何回打っても距離感が合わず悪戦苦闘。小石や草に弾かれラインが外れたり、ゴール近くに来て次打が通り過ぎたりバーに弾かれたり、結構苦勞していました。

それでもあっちこっちでまぐれ?のホールインワンが出たりして歓喜の雄叫びが上がっていました。

わいわいガヤガヤと1時間半、簡単そうで難しかったグランドゴルフ、集中力とラッキーも必要? 次回はいつ? 今度はグランドコンディションのいいところを希望します。

その後、見晴らしのいい大浴場～夕食～カラオケで親睦を深め就寝。



翌朝9時より平松講師により学習会を1時間、森永ヒ素ミルク中毒事件における厚生省の態度という史実考察。親から「ミルクを飲んで肝臓肥大、発熱で小児結核を患って岡山大学付属病院に入院した」と聞いているくらいで、この事件についてぼんやりの知識しありません。被害者としてもっと詳しく勉強しなければと思いました。

以後のグループ活動の楽生関節クラブ、高野山参拝、京都の全国総会の出欠を伝えて帰途に着きました。

## 「生涯健康でありたい」

備前支部 長本 秀美

「生涯健康でありたい」誰でも思う事です。

若い時の私は元気で病気といえば風邪ぐらいで、いたって健康でした。身体を動かすことが好きなので若い頃からサービス業に携わる仕事が多かったように思います。

そして少しずつ自分の時間も増やせる年齢になってからは楽しみも見つけ色々な事も始めました。

孫も生まれ成長を共に楽しみながら仕事や趣味の野菜作り、グループや家族で旅行、初歩のエアロビクスで週一運動、また仲間と登山をしたり活動的で充実した日々を長く過ごしました。

気持ちのスイッチをONやOFFにしてメリハリのある生活で疲労もあまり感じませんでした。

50才を過ぎた頃からは職場健診に合わせて半日人間ドック等を受診するようにしていました。

年齢が上がり身内の介護等で趣味の登山はどうのいてしまいましたが、現在は野菜作り、ストレッチ体操教室またウォーキングが好きでクラブへ入会し夫婦で年9回、年上の方ばかりと交流しながら色々な所へ出かけています。どれも元気でなければ楽しむ事はできないですネ。

年齢と共にライフスタイルも変化し健診のおかげで身体の不調も早期に発見することができました。やはり規則正しく定期的な健康診断が大切だと思います。

今は自分の身体とうまく付き合いながら、これからの人生まだまだ健康で趣味や交流を楽しみたいと思っています。

## 特別講演会 7月6日(土) 守る会県総会終了後 15:00～

新妻義輔さん(元朝日新聞大阪本社編集局長)

森永ひ素ミルク事件 過去・現在・未来の「教訓と課題」をテーマにお話しいただきます。

## 平成31年度の活動予定

6月8日(土) 楽生関節クラブ

10:00～ ぐらしき健康福祉プラザ3階和室研修室

6月23日(日) 守る会全国総会

11:00～ 京都烏丸コンベンションホール

7月6日(土) 守る会岡山県総会

13:00～ 岡山国際交流センター5階研修室

### ☆自主的グループ活動

学習会・・・守る会運動の歴史から、運動の原点を学ぶ

6月30日(日)10:00～12:00 岡山国際交流センター

8月25日(日)10:00～12:00 岡山国際交流センター

美作支部料理教室・・・津山地区にて開催予定

### ☆県本部活動

陽だまりの会・・・手芸・作品作り・食事会など何でも有りの気楽な集まり

リフレッシュ会・・・グランドゴルフ・学習会・親睦会

みなさんのご参加をお待ちしております。

\*最近、転居先不明で郵便物が返送されてきています。引っ越しされた時は必ず、ひかり協会と守る会県本部へお知らせください。TEL086-232-3855

\* 訃報 八代 俊亮さん(3月14日没) 江原 章さん(3月20日没)

南 常子さん(被害者の母4月20日没) ご冥福をお祈りします。

「守る会岡山」ホームページ <http://www.mamorukaiokayama.sakura.ne.jp>