



## 自然災害について思うこと

私が小学校6年生の年でした。1976年7月28日午前3時42分、雷のような轟音と共に大きな揺れを感じました。兄が「地震だ！早く逃げろ！」と叫び、急いで外へ飛び出しました。アパートの瓦も落ちていました。外には急いで半裸で逃げてきた人達もいました。

中国河北省唐山市付近を震源としたマグニチュード7.8の直下型地震が発生したのです。当時有数の工業都市であった唐山市は壊滅状態となり、この地震による死者は、公式記録によれば242,419人を数え、これは20世紀最大の地震被害であるといわれています。重傷者は8万人以上に上り、被害は市民の21.2%に達し、住宅の全壊率は94%でした。当時の中国は文化大革命の真っ只中で、毛沢東政権の最晩年の時期でもありました。このため、中国政府は「自力で立ち直る」と外国からの援助を拒否しました。このことが犠牲者の拡大をもたらした一因だといわれています。また、政府の方針により被害実態の多くが伏せられたとも言われ、死者の数についても非公式には60万から80万人、もしくはそれ以上とも言われています。再建がほぼ一段落するまでの約10年間、外国人の立ち入りが制限されていました。

地震は西方150kmの北京市内でも強く感じられ、何度も余震の警報が出されたので、そのたびに市民が住居外での生活を余儀なくされるような影響がありました。私が住んでいたアパートは北京市内にありましたが、地震の後、建物と建物の間の空き地に、竹の棒を立て、その上にビニールをかぶせて簡易テントをこしらえて、その後1か月以上そこで生活しました。翌日大雨が降り、2～3日足は水に浸ったままで、大変

痒いおもいをしたのを覚えています。私はまだ子どもだったのでそれくらいしか記憶がありませんが、両親を含め大人の人たちは一家の生活を保つ為にさぞや大変だっただろうと、今になって思います。

最近も世界各地で自然災害が続いています。

先月には大阪で震度6弱の地震があつて、今でも1000人位が避難生活をしておられます。

今月初旬西日本を襲った豪雨による死者は、16日現在、14府県で計214人、安否不明者は4県で計18人に達し、そして今も約4800人が避難生活をしてみえるそうです。生活の維持、被災した住宅の片付け、今後の生活の立て直しなど大変な状況が毎日報道されています。雨が続くことは予想されていましたが、台風でもないのに、河川の氾濫、土石流等こんなにも甚大な大災害をまねくとは、誰が予想したでしょう。

日本だけでなく、最近北京や四川も豪雨にみまわれ、あちこちで道路が冠水し、天安門広場も水に浸っているそうです。

災害ではないかもしれませんが、本日7月18日、私が住んでいる多治見市の最高気温が40.7℃に達し、国内で5年ぶり、7月としては14年ぶりに40℃以上を観測したと一番のニュースになりました。熱中症で救急搬送された人が全国で1758人に上ったそうです。気象庁は、全国的にまだしばらく命に関わるような危険な暑さが続く見込みだと予測しています。

夏本番はこれからです。皆様くれぐれもお身体を大切にしてお過ごし下さいね。

唐 啓山

## 月例会報告

7月3日の例会は、上山みさ子氏による「65歳からの健康リフォーム～終の住処で快適な日々を～」というテーマの講演を行いました。お話の一部をご紹介します。

自宅で長く健康に暮らすためには、「怪我をしない」「病気になるない」「前向きな幸福感」の3点が重要であるということで、それぞれのポイントについて解説していただきました。

### 1) 怪我をしない

家庭内事故の60%が、階段、床、ベッド、浴室・トイレでの転倒や転落によるものなので、バリアフリーにするなど、転びにくい環境にしておくことが重要です。また、絨毯の境目や床のケーブルなど、わずかな段差が怪我につながることも少なくないそうです。

ガスの火による衣類への着火も、よくある事故となっています。ガスからIHにすることによって未然に防ぐことができます。

地震による家具の転倒に巻き込まれる事故も多発しています。特に寝室の本棚など、ベッドに向かって倒れない位置に置くなど、配置を工夫するだけでも効果があります。

### 2) 病気になるない

温度湿度をコントロールし、快適に過ごしましょう。冬場に入浴する際は、ヒートショックの危険もあるので、急激な温度の変化には注意してください。ベッドや寝具を見直す

ことで、睡眠の質を高めることが期待できます。

### 3) 前向きな幸福感

生活のリズムを大切にしましょう。間接照明やセンサーを活用して、空間の質を向上させることで、幸福感も向上させることができます。LEDの価格も下げ止まっているので、導入を検討するチャンスです。



## 中国料理店紹介

### 餃子王 栄店

中区役所の東側、広小路東栄の交差点を南に入った T 字路の角のビルの 2 階に、餃子王・栄店があります。昨年の 9 月にオープンしたばかりだそうです。

お昼にはボリュームのある麵飯ランチや、野菜たっぷりの日替ランチが 700 円、夜には食べ飲み放題が 3,000 円からなど、本格中国料理が手ごろな値段で食べられます。

この目玉は何といっても焼き餃子です。看板に東西南北とあるよ

うに、上海風スープ入り餃子・四川風辛し餃子・香港風海鮮入り餃子・北京風野菜餃子と、各地の特色を採り入れた餃子などがメニューに並びます。4 種類を少しずつ乗せた焼き餃子の盛り合せもあるので、お試しにはちょうど良いと思います。是非一度、足を運んでみてください。

余談ですが、「餃子王」の読み方は「ぎょうざおう」ではなく「ギョーザワン」だそうです。



住所は名古屋市中区栄 4-4-9

## 成語故事コーナー

zhāosānmùsì

### 朝三暮四 (ちょうさんぼし)

昔々、宋の国に、猿を飼う老人が居ました。老人は毎日の朝と夜、猿たちにどんぐりを 4 個ずつ、合わせて 8 個食べさせていました。ずっと一緒に暮らしていたため、老人は猿たちと心を通わせることができました。

しかし、猿たちはどんどん増えていき、老人は貧しくなっていました。そこで老人は、毎日食べさせるどんぐりの数を 8 個から 7 個に

元来は故事のように、上手に人を騙すことを指す言葉だったようですが、現在では朝と夜で話がかわってしまうというような、移ろいやす

減らすことを考えました。そして、庭に現れた猿たちに提案をします。「今日から、私は君たちに毎朝 3 個のどんぐりをあげようと思う。そして、夜には 4 個あげることにする。この提案を受け入れてもらえないだろうか？」

それを聞いた猿たちは、朝食食べるどんぐりが 1 個少ないことを不満に思い、老人の提案に反対しました。老人は仕方なく、別の提案をし

い様子を指す言葉に変化しているそうです。特に、男女の浮気心を意味する場合によく使われるとか。

この朝○暮○という言葉はとて

てみます。

「それでは、毎朝 4 個のどんぐりをあげよう。そして、夜には更に 3 個のどんぐりをあげよう。これならどうだろうか？」

それを聞いた猿たちは、朝のどんぐりが 1 個増えたことに大はしゃぎし、老人の提案に喜んで賛成したのでした。



も多く、朝令暮改、朝秦暮楚のような似た意味のものから、まったく違うものまで様々で、調べてみると面白いかもしれません。

## 漢方教室 91 女性向け妊活サプリ『TTC3』

妊活という言葉をよく聞くようになってきました。TV などでも取り上げられています。妊活に最も必要なことは、命を育む環境を整えることです。

### 【命を育む環境を整える】

子宝に恵まれるためには、新しい命を育む環境を整えることが重要です。しかし、私たちの生活環境は、年齢だけの問題ではなく、健康を害する要因がいっぱいです。こんな時代だからこそ「健康なカラダづくり」が大切です。ママになるために必要な条件は、まず「質のよい卵子」を得ることで

### 【葉酸】

特に妊活中から妊娠 4 ヶ月まで意識して摂取することで、赤ちゃんのダウン症や神経管閉鎖障害など先天性の障害のリスクを軽減させることができますと言われてしています。その他にも、葉酸を摂取することにより、着床がうまくいき、流産の確立を減らすことができるという研究データもあります。

### 【たんぽぽ】

たんぽぽに含まれる成分は、女性ホルモンの 1 つであるエストロゲンの量を増やしてくれます。エストロゲンは、月経から排卵までに



多く分泌されるホルモンです。

TTC-3 は、ママになりたい女性が「命を育む環境を整える」ために最も必要なミトコンドリアの活性化を主軸に、葉酸、マカ、タンポポにとどまらず「ママ活」できる体づくりに極めて重要な有用成分を 1 粒にギュッと凝縮したサプリメントです。ミトコンドリアの活性化により、女性本来の活力を発揮できることを目指しています。

ご興味のある方は

TEL 052-242-3930 まで。

中統ビル 3 階 日本安恵株式会社



中国からの引き揚げ—思い出すがままに⑭

リンチに遭って片目を失くした人は、毛沢東率いる中華人民共和国軍の捕虜となって、

中国陝西省の延安に連れていかれ、野坂参三が立ち上げた日本人民解放連盟で再教育を受けたものと思われま

す。野坂参三は、戦後の昭和21年日本に帰国し、府中刑務所から解放された徳田球一たちと日本共産党の再建を果たし、のちに衆議院議員、参議院議員になっていくわけですが、最晩年に、ソ連のスパイであったことが発覚し、党を除名されました。

この野坂の中国延安における日本人捕虜の再教育は、在満日本人を苦難の道に追い込む結果になっていきます。

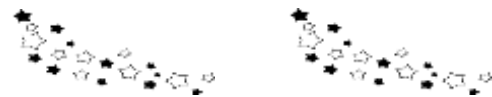
野坂率いる日本人民解放連盟の人たちは、日本の軍国主義、体制批判をし、日本人捕虜を洗脳し、彼らを使って、密告を奨励し、真偽の定かでないいいかげんな情報で、深夜土足で邦人宅に押し入り、短刀をちらつかせ、これはという者をしょっ引いて、中国側に引き渡し、監獄にぶち込むわけです。私の父もこうしてつかまり、監獄に入れられました。監獄の中では、足かせをはめられ、行動の自由はなく、のみ、シラミもいて、発疹チフス、腸チフスを発症して亡くなった人もいました。

日本人同胞が、同胞を売り、痛めつける日本人民解放連盟の所業は、決して許すことができません。痛めつけられた邦人は恨みを胸に引揚げの途につき、釜山の港で、たまたま解放連盟の一員を目にし、リンチ事件に発展したということです。

杉本 克治

7月誕生日の人の言葉

我的生日是下星期二7月17号。  
(私の誕生日は、再来週火曜の7月17日です。)  
会員 熊谷



'18 回文

会員の杉原さんから暑中見舞いをいただきました。いつも新しい回文を考えているそう

- \* 酒缶ラムネで眠らんか今朝
- \* 仕切り良し、初夏場所力士
- \* 断然「押し出し温泉」だ
- \* 濡れ着は着れぬ



杉原さんからは、このような綺麗な版画のハガキをいただきました。ここに書かれていた回文は「得難き西瓜を買い過ぎたかえ」というものです。



日中(?)文化協会会員

このごろとみに数的概念に疎くなって それと関わるのか 過去に累々と連なっているはずのわが歴史も あれは何年前だっけとなると時系列に並ばない。ちあきなおみではないけれど どれもこれも「あれは3年前〜♪」になってしまう。

日中文化協会に参加したのは何年前だったか。会長の梅原猛氏の講演を聞いたのは協会設立一周年記念レセプションだったと思うけど何年前かは忘れた。とにかく当初は名の通り 文化交流の対象は、中国一色だった。会員は中国通で 中国語も堪能な人たちがばかりで気後れした。

今はどうだろうか。高齢化で去っていった 中国大好き会員達のがんばりが。古株になったが中国通でもない私の最近の活動の場は日本語広場が主になっている。上山学院日本語学校の各国の語学生たちとの交流の場だが、これが実に楽しい。いまどきになって 生涯無縁であるはずだったさまざまな国の若者たちとの出会いにうきうきしている。

世界旅行しないで、知らなかった世界と付き合えるぜいたくさを味わっている。

石川 知子

## お知らせ

### ★8月例会

日時：8月7日（火）18：00～

8月例会は恒例の納涼親睦会です。

### ★JCCA 中国語サロン

日時：8月4日（土）18日（土）14：30～

### ★日本語広場

日本語広場は夏休みのためお休みです。

### ★上山学院日本語学校スピーチ大会

日時：7月31日（火）8：40～12：30

場所：日中文化協会4階

恒例の日中文化協会賞授与も行います。審査員として是非ご参加ください！

### ★9月例会

日時：9月4日（火）18：00～

講師：ウンドス氏（馬頭琴演奏者）

### 名古屋ウズベキスタン友好協会

名古屋ウズベキスタン協会は、名古屋市を中心として日本とウズベキスタンの友好を深めるために、今年4月に当ビルにて設立されました。中央アジアに位置するウズベキスタンは、古代からシルクロードの中継地として栄え、サマルカンド・ブハラ・ヒヴァの世界遺産都市をはじめとする、様々な観光名所や多彩な食文化を有している国です。

ウズベキスタンはどんな国だろう？と少しでも興味を持たれた方は、是非ご入会いただき（今年度は年会費無料でイベントごとの参加費のみ）、各イベントをきっかけにウズベキスタンについて少しでも知ってもらえることが出来れば、大変嬉しく思います。

連絡先：<TEL>052(684)5772

<Mail> fanuzjp@gmail.com

又は日中文化協会事務局まで

### 8月 納涼親睦会

日時：8月7日（火）18：00～

場所：烏魯木齊料理（ウルムチりょうり）

名古屋市中区新栄 1-12-5

内容：1部 晚餐会

2部 交流会

参加費：一般 5,000円

留学生 1,000円

### 日中平和友好条約締結40周年

#### ・涂善祥と音楽の仲間たち

日時：2018年7月28日（土）

13：30開場／14：00開演

場所：ウィルあいち

名古屋市東区上堅杉町1番地

料金：4,000円（全席自由席）

#### ・名古屋南京友好都市提携40周年記念訪中団

日時：2018年9月3日（月）～9月7日（金）

旅行代金：173,000円（会員）177,000円（一般）

募集人数：20名様

募集締切：7月27日（金）※定員になり次第締切

（NPO）愛知県日本中国友好協会、名古屋市日本中国友好協会、名古屋姉妹友好都市協会の3団体による、北京及び南京への訪中団です。

.....  
詳細は、日中文化協会事務局（052-262-1410）までお問い合わせください。

### 日中文化協会 WEB サイトの障害について

6月下旬に一週間ほど、日中文化協会のWEBサイトが閲覧不能になり、メールの送受信もできなくなっていました。

管理会社に問い合わせたところ、日中文化協会のWEBサイトがハッキングを受け、有害ファイルの公開や送付が行われていたため、すべての機能を停止したということでした。ちょうどニューズレター発行の時期と重なってしまい、更新が遅れてしまったことをお詫びいたします。

現在は復旧が完了し、WEBサイトもメールも通常どおり利用可能となっています。

### 編集局

編集局では現在、携帯電話番号、生年月日、E-Mailアドレスのご登録を推奨しています。イベントのご案内、「誕生日の人の言葉」の掲載、WEBサイト更新の通知などに使用致します。china@chuto.co.jp宛にご送付ください。ニューズレターは、WEBサイトにてカラー版を公開しています。郵送不要の方は「郵送不要」とご連絡ください。



〒460-0008 名古屋市中区栄 4-16-29 中統奨学館

TEL：052-262-1410 FAX：052-262-5036

一般社団法人日中文化協会

編集長 上山耕治