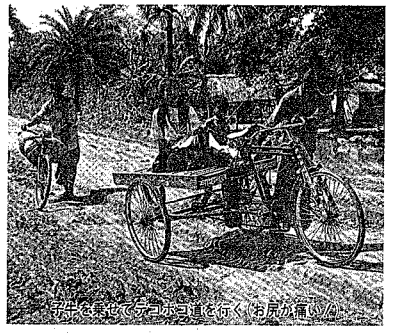
バングラの国で衣食住

青年海外協力隊体験記――③

青年海外協力隊員としてバングラデシュで活動してきた渡辺水無子さんの体験記をご紹介します。


子牛を乗せてデコボコ道を行く。お尻が痛い！

生き生きと暮らすバングラ国民

これまで二回にわたり、私のバングラでの生活を簡単にご紹介しましたが、やっぱり大変なんだなぁと思いましたか？ 日本での途上国に関する情報というと、悲惨なものが多いですが、バングラデシュでは、先進国と違って国民の皆さんが時間に追われることもなく、伸び伸びと生き生き暮らしている感じを受けました。しかし、それでも落ちている穀物を食べるくらい飢えている人はたくさんいて、一日三食食べられる人は全体でごくわずかだということも事実です。

牛はバングラの財産です

日本と発展途上国の関係をもっと知ろう

こうしたバングラデシュをはじめ、発展途上国に対して私たちは募金活動をすれば良いと考えがちですが、これらの援助が途上国の自助努力の妨げになっているのも事実です。確かに援助も必要ですが、それより、私たちの生活と途上国がどのように関わっているかを知ることの方が大切です。例えば、私たちの食卓に並ぶ肉を作る飼料は、飢えた生活を送る途上国から輸入していること、日本が魚を大量に輸入するため、価格の高騰が起こり、その結果途上国の皆さんは魚を食べることができないこと、ドックフードやキャットフードの原料はほとんど途上国産のものであることなど……。こうした事実を知れば、食べ物の無駄な消費は減り、発展途上国にかかる負担も減るでしょう。このようなささいなことですが、日本と他国との関わりを知り、私たちの生活を少しずつ見直していくことが、むしろ長期的な援助につながります。

見えなかったものが見えた2年間の活動

私たちがしなければならないこと、それは何となくテレビを見る時間を、少し本を読むなどの情報収集の時間に回して欲しいのです。なぜなら、ODA（政府開発援助）予算は皆さんの税金でまかなわれていますから、私たちには一人ひとりが負担している年間約一万円がどのように使われているのか『知る権利』があり、また、多くを輸入に頼って生きている国の人間として、『知る義務』もあると思うからです。

街の本屋には人が大勢集まります

「協力隊」と聞くと、大抵の方は「偉いわね」と言います。しかし、私たちのわずか二年間でその国の人々の生活が豊かになるわけもなく、反対に多くのことを学ばさせてもらい、裏の面を知れば、「何が偉いものか」とも思います。それでも、参加しなかったら見えなかったことが多いのは事実ですから、参加して本当に良かったと思います。

皆さんの中で青年海外協力隊の活動に興味を持ってくれた方は、ぜひ参加してみて欲しいですし、ご家族の方は私の家族のように理解を示して欲しいものです。体験記を読んで、少しでも私のように学ぶ機会を得る人がいてくれることを願います。

＊

現在、渡辺さんは北海道森町にある畜産会社で、毎日家畜業に励んでいます。

お買物、ご用命は市内で

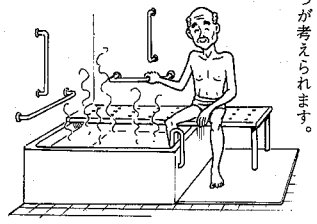
中国五千年の漢方の基
長白山薬草研究所より
長白山人参 入荷
人参酒各種の作り方を研究してみませんか
㈲酒井商店内 天壽楽草協会
朝日121 TEL 22-7675

電化製品で まごころのキャッチボール
東芝・松下
日立・ソニー
ビクター・シャープ
パイオニア
みんなOK
ソーワです
株式会社 ソーワ
（旧社名 八重電商事）
アフターを大切にする店
本町2 ☎24-3131

入浴のときは気をつけて！

おじいちゃん おばあちゃん

入浴は私たちの生活の中で欠かすことのできないものです。最近、この入浴中にお年寄りの方がおぼれて死亡するといったケースが増えています。なぜ、入浴をしているときにおぼれたりするのでしょうか。ここではお年寄りの皆さんが風呂場で起こしやすい事故と、その防止策についてふれてみます。



入浴中の事故にはどんなのがあるの？

お年寄りの方が入浴中に事故を起こすケースとして、次の三つが考えられます。

①湯船から出ようと立ち上がった瞬間、立ちくらみがしてお湯の中に潜ってしまい、そのままうまく起き上がれずにおぼれてしまう。

②湯船につかりながら眠ってしまい、体がずれておぼれてしまう。

③足を滑らせて転倒し、頭を強く打ってしまう。

①や②は体が温まることで血管が拡張し、血圧が低下することで、一過性の脳貧血になったり、眠気をもよおしたりすることから起こります。また、③は足腰が弱り、うまくバランスをとることができないお年寄りによくみられます。

お年寄りの入浴には家族も気を配ろう

それでは、これらの事故を防ぐにはどうすればよいのでしょうか。

まず、お風呂に入ったときに生じる血圧の上下変動（血圧は入浴中に四十くらい上下変動をする）を必要以上に大きくしないために、脱衣所に暖房を入れて、風呂場との温度差をなくします。また、長く湯船につからないこと（約四十度のお湯に十分程度を目安）も大切です。一方、足腰の弱いお年寄りのために、手すりを設置したり、滑り止めマットを敷いたりすることで、転倒を防ぐようにします。特に手すりは、立ちくらみがしたとき、つかまる所にもなります。

お年寄りの入浴時の事故を防ぐには、本人はもとより、ご家族の方も気を配ってください。

福祉サービス あれこれ――㉑

＊―運転免許取得費用と自動車改造費用の助成

◇**運転免許取得費用の助成**　身体障害者手帳1級～4級をお持ちの方が、自動車免許を取得した場合、取得費用の一部が助成されます。

※助成額…免許取得費用の3分の2（10万円を限度）

◇**自動車改造費用の助成**　上肢や下肢、体幹に機能障害のある方が、ハンドルやブレーキ、アクセルなど自動車の一部を改造する場合、改造に要する経費が助成されます。

※助成額…10万円以内

◇**問い合わせ**　市社会福祉事務所障害福祉係（☎24－2111、内線234）へ。

ボランティアスクールへ行こう

ボランティアに関する基礎的知識や技能を身につけます。ふるってご参加ください。

□**とき**　3月14日（火）～16日（木）。14日の午前9時30分から受付け

□**ところ**　本町二番館多目的ホールおよび市民ホール

□**対象**　市内に在住する方で、ボランティア活動に関心のある人（初心者向け）

□**定員**　30名（申込順）

□**内容**　講演や点字講習、車椅子やアイマスクによるハンディキャップ屋外体験、手話講習など

□**参加費**　無料

□**申込み**　3月3日（金）までに、社会福祉協議会（☎24－8376）へ。

お買物、ご用命は市内で

薬品を使わないジェット洗浄
トイレ・排水・下水管▶つまり直し・洗浄
外壁・プール・庭石▶清掃
パイプ小僧新津
・これで安心
・下水清掃のエキスパート
株式会社 土田浄化槽管理 ☎22-1738㈹

安い・大盛・飲放題
横浜亭
本町2 TEL 22－2225