

食いしん防災コミュニティ部会がいく！

(第66回 2023年11月)



このところ久しぶりに会った知人から、「痩せたんじゃない？」と言われることがしばしば。ホントはここ数年ほど、ずっと同じ体重をキープしているのだ。

せっかくそう言われたものだから、「いやー苦労してるんですわ」と返すと、みんな「それはないやろ」という顔になる。なぜだ!? 苦労していないように見えるのか？

正直に告白すると、確かにたいして苦労はしていない。毎日のほほんと暮らしている。妻の前で正座させられているとき以外は。食いしん防がいかに苦労しているか知らしめるため、ことあるごとに妻の話を吹聴していたにもかかわらず、太平楽を見抜かれていたとは。これでは妻から「私の悪口を言いふらして！ 正座して謝りなさい！」と怒られ損ではないか。



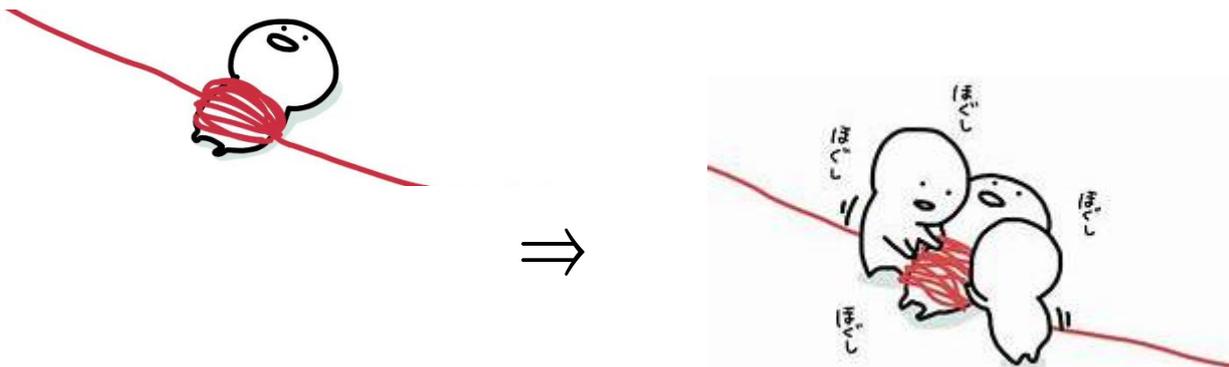
人の幸せを阻む最大の要因は、ストレスではないかと思う。誰でも1人では生きていけないが、人が寄り集まると必ずストレスが発生する。それはたいして『悩みごと』となって現れる。

『悩みごと』には様々なものがあるが、ひどくなると夜も眠れなくなって健康を損ねる。たいしては放っておいても解決せず、ますますひどくなる。自力で解決したくとも、その糸口さえつかめぬことが多い。

やっかいな『悩みごと』は、複数の要因が絡み合っている。そのため解決が難しく感じられ、あきらめてしまう（放置してしまう）ことになりがちだ。その結果ストレスがどんどんたまっていく。

こういう場合食いしん防が心がけているのは、「**困難は分割せよ**」という教えだ。絡み合った複数の要因の糸をほぐして、次に自力で対処できるものとできないものに分ける。そして自力で対処できるものだけに専念するのだ。

それで『悩みごと』がズバッと解決できるわけではない。やれることをやって、後は運を天にまかせる。結果がよくなかったら「仕方ない」とあきらめ、いくらかでも改善されれば、儲けものと喜ぶ。



その時はだめでも、時間がたって条件が変わればうまくいくこともある。食いしん防は、たとえ10年かかろうとも、時機が到来するのを待ち続ける。執念深いともいえるだろう。しかしおかげでストレスを減らすことができた。

『防災』だって、簡単にはいかない“やっかいな活動”だ。困難は分割した上で、**気長に執念深く取り組むしかない**なあと考えている。



TOPICS

☆ふるさとまつりにゲームコーナー降臨！

11月3日に行われた『ことうふるさとまつり2023』において、食いしん防災部会は他の部会と共同で、『ゲームコーナー』を運営した。

ゲームの種目は、《水鉄砲で賞品を落とせ!》、《スマートボール》、《ピンポン玉入れ》《コイン落とし》、《お菓子釣り》、《射的》、《弓矢を的にあてろ!》の7つ。**すべて我らがモーフィアス部長の手作り**である。

どれも面白いが、あえて1番人気を言えば《水鉄砲》だろうか。お菓子を吊るしたトイレットペーパーを水鉄砲で濡らして、落とした賞品をゲットするというもの。他の種目にも難易度の高いものがあったが、**子どもたちはしっかりと賞品のお菓子や飲み物をゲット**しまくっていた。

防災の啓発とは関係のない催しだったが、多くの子どもたち（と付き添いの大人）に楽しんでもらった。またやってみたいな！

（今回のゲームの一部は、今後【いこいこ広場】にも登場します！）



←これが部長手作りの
ゲーム(ほんの一部)
だっ!→



☆全国自主防災組織リーダー研修会

一般社団法人「日本防火・防災協会」が主催する『全国自主防災組織リーダー研修会』が、12月7日（木）と8日（金）の2日間に渡り、東京の某ホテルで開催される。

今のところ滋賀県からの参加申し込みがないということで、食いしん坊の手もとに「誰かおらんかい」との問い合わせがきた。

内容は、講演・活動発表・交流会・グループに分かれての情報交換会などで、東京までの交通費と宿泊費は、**あちら持ち**だそう！

各県からの出席は最大3名だそうなので、**希望される方は至急まち協まで連絡**ください。早い者勝ち！

今後の活動予定

- 11月21日 こと坊第一小学校ブロック会議
27日 こと防第二小学校ブロック会議
12月6日 こと防第三小学校ブロック会議
7・8日 全国自主防災組織リーダー研修会

※ 出前講座の申し込み受け付けます！



勝手にQ&Aコーナー

Q:「全国自主防災組織リーダー研修会」って、滋賀県を代表して行くからには、相当しっかりした活動をしている組織のリーダーじゃないとダメなんでしょうか？

A:そんなことはありませんよ。組織のトップである必要もありません。行って情報を仕入れて来ようくらいの軽い気持ちでお申し込みを！



Q:「困難を分割する」実例を教えてください。

A:例をあげるのは難しいんだけど… たとえば、「**食いしん坊が奥さまに虐げられている**」という問題を分割してみると、次の要因に分けられる。

- ①稼ぎが少ない ②気が弱く、理不尽なことで責められても反論できない ③体力でも対抗できない ④奥さまの顔が怖い

このうち④は変えられないので捨てる。①も宝くじにでも当たらないかぎり改善は無理。何とかなりそうなのは②と③である。いきなり気を強くしたり体を鍛えるのは難しいが、口が達者だったり格闘技が得意でなおかつ怖いもの知らずな人に味方になってもらうことはできそうだ。

でもよく考えてみれば、誰かに手伝ってもらって言い合いや殴り合いに勝てたとしても、常にその味方が傍らにいてくれるわけではない。1人になった時に倍返しされそうだ。うーん、解決は不可能か…



楽しい質問、お待ちしております！

(文責:こじまっちょ)

