

食いしん防災コミュニティ部会がいく！

(第94回 2026年3月)



人が幸せを感じるために必要なのは、“余裕”ではないだろうか。余裕には、『経済的余裕』『時間的余裕』『肉体的余裕』などがあるが、基本になるのは『心の余裕』だと食いしん防は考える。お金や時間があっても、心に余裕がない人は、助け合い募金をしないし、『空いている時間は全部自分のために』使ったりする。

最近はそのような余裕のない人が増え、余裕のない社会になりつつあるんじゃないだろうか。もしそうだとしたら、イヤな風潮だなあ。

先ほど終わった【ミラノ・コルティナ五輪】をTV観戦していて、ちょっと気になったことがある。日本選手が大活躍したのは嬉しいが、インタビューを受けての発言が、何となく似通っているのである。

ほとんどの選手が、感謝の気持ちを述べる。最初は「なんて謙虚なんだ」と感心していたが、判で押したような「感謝しかありません」というコメントを聞き続けているうちに、違和感がふくらんできた。「みんな優等生すぎないか？」ヘタなことを言って批判されないよう、気を遣っているみたいだ。

オリンピックに出る選手は、みんな小さいころから競技に取り組んできたに違いない。メダルを獲得ことを目標に、すべてを競技に賭けてきたといっても過言ではない。五輪においては、わずかなミスでも順位落ちにつながる。中でもフィギュアの採点は、減点方式だ。求められるのは、“完璧”なパフォーマンス。一切のミスを排した“完璧”を

求められて、選手はがんじがらめになっているように見えた。坂本花織選手もそうだった。



そんな中で目立ったのが、フィギュア金のアリサ・リュウ選手と銅の中井亜美選手だった。彼女たちは実に楽しそうに滑っていたのだ。素人である食いしん防の目にも、彼女たちのパフォーマンスは圧倒的に輝いて見えた。

インタビューにもそれが表れていた。坂本選手が「ミスしたのが悔しい」と涙ぐんでいたのに対し、アリサ選手は「ミスしたとしても、それも含めて私の物語」と語った。中井選手はショートでの1位から銅で終わったわけだが、少しも気にやむことなく全身で喜びを爆発させた。結果発表直後にアリサ選手と中井選手が抱き合って祝福し合ったのは、象徴的な光景だったと思う。

アリサ選手は16歳で1度引退し、2年間スケートから離れた生活を送ってから復帰した。スケーター筋ではなかったわけだ。中井選手の通ったスケート教室は、ユニークな指導で知られる。「スケートだけではなく、他にも色々な経験もする」という価値観だ。2人の“楽しそうな”パフォーマンスを生んだのは、“心の余裕”だったというのが食いしん防の結論だ。

彼女たちの考え方に、私たちが幸せに生きるためのヒントがあるのではないだろうか。



TOPICS

☆「避難行動要援護者」リストの活用を検討

災害時に、自分だけの力で避難するのが難しい人がある。市ではそういう方を『避難行動要支援者』として（本人や家族からの申し出により）リストアップして、発災時の避難援護に役立てようとしている。

プライバシー保護のため、これまではリストが提供されるのが、各自治会長に限られていた。自治会内でも、嚴重に取り扱われてきた。

このリストをさらに活用することを目的に、申請があった場合のみ、リストをまち協にも提供できる仕組みに変わろうとしている。

ただ、仮にリストの提供を受けたとしても、具体的にどう活用していくかが決まっていない。何に使うかわからない時点でリストを持つのは時期尚早と判断し、湖東まち協では8年度の申請は行わないことにしている。

関係者ともよく相談した上、具体的な活用法が決まったら、改めて申請を検討する予定である。



☆令和7年度の防災推進員さんご苦労様でした

今年度は《こと防》の活動が2回しかできませんでしたが、3月末をもって7年度の任期は終了です。本当にありがとうございました。

4月から新しい方と交代されるところは、引き継ぎをお願いします。また、継続して務めていただける方は、引き続きよろしく願いいたします！



今後の活動予定

3月13日 食いしん防災部会議 8年度の計画を立てます！

※ 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：『避難行動要支援者』リストですが、自治会内でも使い方がわからなくて困っています。

A：使い方の1つとしては、たとえばもしもの時に助けに行く人をあらかじめ決めておく手があります。災害時にちゃんと避難できているか、リストを使って確認することもできます。リストに頼るのではなく、**ふだんから近隣にいる人の状態を知って、気にかけてあげる**のが、基本ではないでしょうか。



Q：“完璧”を求めるプレッシャーにオリンピック選手はがんじがらめになっているという話ですが、りくりゅうペアもそうなのでしょうか。金メダルを決定づけたフリーの演技は完璧だったのでは？

A：りくりゅうはやはり重圧に苦しんでいたと思いますな。ショートでミスをしてしまった後、木原選手が大泣きしたのがその証拠。それほどの重圧にも負けずに、フリーで完璧なパフォーマンスを見せたところが、2人の最高に素晴らしいところ！ 惜しみない拍手を送ります！



楽しい質問、お待ちしております！

(文責：こじまっちょ)

