



発行：NPO 法人シャローム事務局

〒960-1241 福島県福島市松川町字東原 17-3
TEL / FAX 024-567-5322

Web <http://www.nposhalom.net>
Email info@nposhalom.net

発行責任者：大竹静子

ひまわりプロジェクト 2023 が始まります

栽培協力者募集は 二月から開始!

二〇二三年が明けました。今年もひまわりプロジェクトが開始します。

昨年十一月の「ひまわり感謝祭」は、コロナによる入場制限もなく集合型で開催することができました。午前中には、シンポジウム「東日本大震災・原発事故から十年の歩みー共生社会に向かっ」が、公益財団法人共生地域創造財団・グリーンコープ共同会・生活クラブ連合会・NPO 法人シャロームの四団体がパネラーを務め行われました。シャロームからの基調報告と各団体が取り組んできた震災後の活動報告を受け会場からの質疑応答も含め積極的な意見交換が行われ、それぞれの団体の共通項としての「共生社会」を再認識する場となりました。

基調報告においては、震災の教訓として「人は一人では生きられない。助け合い、支え合って行かなければ生きていけない。」そこには「共生原理」がある。生活原理にはこの「共生原理」とも一つ「競争原理」があり、この二つのバランスの取れた社会が「共生社会」とであると位置づけました。

最後にシンポジウムを総括し、①「ひまわりプロジェクト」を共生社会を目指すシンボル事業と位置づける。②共生原理を理念とする社会・経済活動において、相互に連携協力を推進する、この二点を確認し合い次年度以降のひまわりプロジェクトに繋げていくことを申し合わせて終了しました。

（共生社会への取り組みー未来への展望ー）として冊子にまとめ発行予定

二月からは、二〇二三年のひまわり栽培協力者募集が開始されます。今年、ひまわりプロジェクトを共生社会を目指すシンボル事業として位置づけ取り組むことが確認されています。福島を支援するために始まったひまわりプロジェクトが、十年の経過を経て、それぞれの地で共生社会を目指すシンボル事業となり、それが連携されていくことで共生社会への展望を切り開いていくこととなります。今年をこれからの十年に向けた「共生社会」の始まりの年と位置づけたいと思います。

事務局からのお願いとなりますが、希望者の増加により、配布する種の量は増加して

ますが、戻ってくる種の量はなかなか増えてきません。戻ってきた種を搾り販売し、障がい者施設の仕事としながら費用を賄い、翌年度の種の購入資金ともなっています。一粒一粒のひまわりの種の命を大切に、大輪の花を咲かせ、収穫した種を送り返すまでの作業が一年間の仕事となります。栽培の苦労と開花と収穫の歓びを共有しながら持続可能なひまわりプロジェクトの継続にご協力をよろしくお願い致します。(T.O)



年間スケジュール

4月	4~6月	7~8月	9~10月	11~12月
栽培協力者の方々にひまわりの種を発送	種まき	ひまわり開花	ひまわり種の収穫	収穫した種をシャロームへ返送



2023 卯年

兔年、新年を迎えた。穏やかな年明け、去年は新年早々から雪に悩まされた記憶が脳裏をかすめる。年とともに一年が早くなる。昨日の食事、朝・昼・晩 何を食べたかほとんど思い出せない。記憶の量と時間は反比例する。記憶能力の低下、平凡な日常生活では、記憶に残るものが少なくなり、時間は早く過ぎ去ったように思えてくる。

年とともに早くなるのは、この二つの原因が進んでいるせいかと一人で納得する。

突然襲う人災と自然災害、平凡な日常が一瞬で失われてしまう不安に世の中は満ちあふれている。年を取ると風邪をこじらせただけで命取りに、個人の健康まで考えると不安は止まるところを知らない。

人は都合良く忘れていく。嫌な記憶も時間の中で忘れ去り、都合の良い部分だけが思い出たとなって残る。今年一年平凡な日常が続き、みんな楽しんで思い出のページを残せる年となることを願う。(T.O)





◆ 昨年を振り返って

昨年はひまわりプロジェクトに御参加、御協力頂き有難うございました。お陰様で沢山のひまわりの種が集まりました。栽培中は大変なこともあったことと思います。

福島でのひまわり栽培は、種が太る時期の長雨で日照不足になったり、鳥に食べられてしまうため排水溝のネットをかけて対策をしたところカビてしまったりと、上手にいかないことが多々ありました。今年は去年より良い種ができるように、自然やひまわりをよく見てよく感じて育てていきたいと思えます。今年もまたひまわりを通して皆様と楽しみながら共に歩みたいと願っております。

◆ 農業と土

◆ 今回、土について考えてみたいと思えます。先日「大

地の五億年」(藤井一至著、ヤマケイ文庫)と云う本を読みました。大地は五億年前、農耕は一万年前に始まり、栄養分やエネルギーをめぐる土と生き物たちのせめぎあいが続り広げられてきました。

環境問題や食糧問題は、自ら引き起こした変化や自然環境にうまく対応できなければ、明日の肥沃な土も保証されないことを示している。土が危機に瀕している。熱帯雨林の減少と土壤劣化、温暖化によって氷や永久凍土も溶け始めている。温暖化、砂漠化、酸性雨。すべて土に関わる話。だが、真っ黒な土に埋もれた記録は、私たちの進むべき未来を照らしてくれる。

スタジオジブリの映画「天空の城ラピュタ」ヒロインのシータの語りに、「土に根を下ろし風と共に生きよう。種と共に冬を超え鳥と共に春を歌おう。(中略)土から離れては生きられないのよ」というセリフがある。技術の進歩によって土を使わずに農作物を工場生産できるようにもなり、「未来の農業」として扱われる。「土など要らないのではないか?」とすら思えてくる。

植物工場に対して、土に根差した農業の魅力とは何だろうか?この違いはエコノミー(経済学)とエコロジー(生態学)から説明できる。農業とは、最小限の資源投資によって最

大限の収穫を持続的に得るヒトの営みである。植物工場の光はエネルギーコストが必要になるが、露地栽培の太陽光にお金はかからない。水耕栽培の肥料成分の循環にお金がかかるが、土壌微生物による養分リサイクルの仕組みにはお金がかからない。

日本は今、輸入に依存しているが、その生産地では塩類化や砂漠化などの土壌劣化が深刻になっている。私たちの生活も、この自然の摂理と無関係ではなく、土を保全しなければ文明が崩壊することは歴史が教えてくれている。過酷な大地を生き抜いてきた生き物たち、問題土壌を克服してきた先人たちの知恵は、土とうまく付き合う未来を照らしている。一方で、フン尿のように、価値が忘れ去られようとしているものもある。

夏目漱石の言葉に時代を超えた教訓がある。「汝の現今に蒔く種はやがて汝の収むべき未来となって現わるべし」先人の種を育てつつ、新しい種をまく。それは国家や企業、農家まかせではなく、審査員でもある私たち消費者が食卓を見つめ直し、スーパーマーケットの商品の裏側ににらむことから始める。

◆ 二〇二三年もよろしくお願いたします

ひまわりを通じて自然や人

間関係に至るまで多くのことを学ばせて頂いています。今年、福島でのひまわり栽培は三年目になります。虫の大量発生や生育の問題はありましたが、起きて当たり前なことに気付きました。

新たに栽培を始められる方は、自然の時間はとてもゆっくりなので、上手にいかない場合でも長い目でその土地と付き合っただけかと思えます。その土地で栽培を続けることで、微生物や菌、虫や草などの必要な役者がそろってはじめて良い土になるのだとこの本を読んで感じました。

プランター栽培で大きく育てるには根が張りやすいように深さ三十〜四十cm、幅四十〜五十cmが必要になります。今年も皆さんとひまわりを通して色んな意味での良き種を蒔いていきたいと思っております。宜しくお願い致します。

(ひまわりPJ 後藤)



昨年福島で育てたひまわりです。今年も綺麗に咲きますように! (写真はInstagramより)

<YouTube>「ひまわりプロジェクト」関連動画 視聴はこちらから

ひまわり感謝祭で上映した生活クラブ連合会様制作の動画です。

New! サステイナブル CLUB 「ひまわりプロジェクト」 (2022年12月公開)

ひまわりの架け橋 Part II ~活動編~ (2022年5月公開)

ひまわりの架け橋 Part II (2021年12月公開)



ひまわりPJのSNS・ブログ

Instagram

@shalomhimawari

ひまわりブログ

shalom-net.jp/?cat=16

<YouTube>【公式】NPO 法人シャロームチャンネル

ひまわり感謝祭動画「ひまわりの架け橋」や過去の地元学動画を視聴できます!

URL youtube.com/channel/UCNqEo3kUXXGnUh036YJwJNg

チャンネル登録お願いたします☆

教養講座 地元学を考える

第二百二十二回「地元学を考える」
(二〇二三年十月二十二日開催)

「ひまわり油でハンドマッサージ〜自然のちからでリラククス〜」

講師 藤田由香氏

今回の地元学は、二度目になる、NGSA アロマ手技療法士の藤田由香さんによる講義でした。内容はひまわりプロジェクトを通して出来たひまわり油を用いてハンドマッサージを中心にリラクスの仕方を中心として、まずひまわり油についてですが、食べられる物なので、安心してマッサージにも使えますね。ただ、アトピー性皮膚炎の方や花粉症の方は、パッチテストをしてから行われる事をお勧めされてました。ひまわり油の効果ですが、肌にマッサージしながら使用すると、肌に染み込み、バリア機能の必須成分である「セラミド」を蓄え、肌を柔らかくする効果が期待できます。

また、髪を洗髪した後、拭いてからトリートメントの様に髪に馴染ませると、髪の補修効果成分である「ビタミンE」によって、潤いや艶を与え、しっとりとして水分を蓄えてくれる効果もあり、身体の外からも中か

らも使う事が出来て、改めて凄いなと思いました。

それから講師の藤田さんは一年程前からホットヨガを始められ、心も身体も楽になられたことを教えて下さいました。私たちは普段、無意識的に呼吸をしていて、当たり前に行っている事ですが、呼吸に意識を向ける事によって、何か大切なことに気付かされる事があるのだなと感じました。また、生活についても無意識的だった事に意識すれば、何か気付く事があるかもしれませんね。

本題のマッサージになります。基本は末端の指先から中心の心臓に向けて拳を滑らせる様に行います。指はツボを見ながら反対の指で指圧します。足のマッサージですが、アキレス腱が特に神経が集まっているので集中的に行いました。足の指を指圧しましたが、とても痛く感じました。入浴中に行うのをオススメされてました。

次に、アロマの香りを嗅いでから前屈をすると身体が柔らかくなるという実験をしました。私以外皆さん身体が柔らかく、実験になっていないような感じで笑ってしまいました。柔らかくなったのは、香りのリラククス効果で変化が起きたからではないかと思いました。

最後になりましたが、今回の学びを取り入れ、マッサージで

体を癒しながら、日々を頑張っていきたいと思えました。有難うございました。(T・G)

第二百二十三回「地元学を考える」
(二〇二三年十一月二十六日開催)

「地球生命体ガイア」

講師 三神たける氏

今回はいつになく壮大なタイトルで期待がありました。「ガイア」は一般的にはローマ神話等に出てくる地母神、つまり「大地の神」という意味です。まさにその「大地」「地球」が生命体であると言わんばかりのタイトルです。早速講演の内容を振り返ってみたいよ。

まず、「生物の定義」について説明がありました。現在の学会等では①外界と膜で仕切られている②自己増殖する③代謝(エネルギーの交換)を行う、の三つの条件で定義されていると。ことです。あるNASAの研究員で火星の大気の研究をしているロブロックの話が紹介されました。ロブロックは、研究の過程で、「地球とは一つの生命圏で、地球にとって存在しやすいように恒常性を働かせている」と感じたという話です。

これを踏まえ、地球の歴史の中で起きた大きな転換点について説明がありました。今は人間が生物界を支配している感がありますが、五千年前には地球上には巨大な恐竜が闊歩し、そこそ恐竜が生物の頂点に立っていた時期がありました。そのこ

とは、化石等から明らかだとされています。その恐竜ですが、最大で50m・百tに及ぶものがあったそうです。こんな大きな動物が地球上でどのように生活していたのでしょうか。走ったり跳ねたりできたのでしょうか？結論は現在の環境では否とのこと。現在の地球環境では、高さが二倍になると面積は四倍、体積は八倍になるそうです。今でも時々波打ち際に打ち上げられたシロナガスクジラは、自分の体で肺が潰れてしまうそうです。浮力に助けられて生活しているということですね。ここで難しい話がありました。「重さと質量は違ふ」という話です。重量は、質量(重力の影響を除いた物体そのものの量)×重力加速度なるもので求められ、白亜紀や中生代の恐竜の時代は、この重力加速度が小さかった、つまり当時地球自体の重さかとても軽かったと。そこから巨大動物が生存在できたわけですね。

そこで気になるのが恐竜の時代は今からどのくらい前であったかです。今、最も科学的年代測定法として定着しているのが「放射性炭素十四法」だぞうです。普通の炭素原子核は六個の中性子と六個の陽子で質量十二となるのですが、中に中性子八個で質量十四となるものがあり、この質量十四の炭素(放射性同位体)の存在割合を計測することで判別する方法のことです。生物が生きている間は炭素十四の割合は変わりませんが、死んで新しい炭素が入ってこなくなると、炭素十四は崩壊していくだけになります。一見合理的な計測方法と思われませんが、この方法にも大きな欠点があります。対象が有機物に限定されること(無機物や金属は不可)です。こ

このことから、適用限界は六万年?前までとのこと。いよいよ地球の重力が劇的に重くなった原因についての話になります。それは、月にあった大量の水が、地球に降り注いだという俄かには信じられない話です。月に影響を与えた犯人は、木星の大赤斑の下から飛び出した巨大彗星(ヤハウエ)であるとのこと。この巨大彗星は地球の衛星である月に接近し、その軌道を歪めました。月は地球にギリギリまで近づき、その潮汐作用により地球に月の水を大量に降らせました。その際、地球の上空を分厚く覆っていた雲の層も破壊しました。温室効果(二酸化炭素の性質として、太陽光線のエネルギーは通過させるが、放射熱として出ていくときは遮るとい現象)で温暖な環境にあった地上は、月と雲からの水で洪水となり一瞬にして濁流に飲み込まれた恐竜達は、その後の温室効果の崩壊により、急激な寒冷化に襲われます。そして南北両極地には大量の水層地帯が形成され、洪水の水は徐々に引いていきました。ノアの大洪水等の神話は、この大激変の記憶とのこと。

いよいよ終段です。先に木星から吐き出された巨大彗星の話がありました。この彗星は、月の水以外にも各惑星に多大な影響を与えました。私達は学校で太陽系の惑星を「水金地火木土天海冥」と教わりました。ある学者がこの配列について一定の規則性があることに気付きました。これが「ポード・ティティウスの数列」ということです。詳細は分かりませんが、この数列によると木星と木星の間には惑星が一つあったとのこと。しかし、どこにも見当た

りません。あるのは小惑星帯です。ところがこの小惑星帯として散らばっている星のかけらが、巨大彗星「ヤハウエ」の接近により粉々にされた惑星の残骸であるとのこと。

この惑星配列の他にも面白い発見をした学者がいます。ペリコフスキーという学者で太陽系の惑星に絡む神話を研究していたところ、金星にかかる神話が少なく、木星にかかる神話が多いことに気付きます。そして彼は大胆な仮説を導き出しました。「金星は木星が吐き出した星である」。確かに木星は突出した大きさで地球の約十倍です。ローマ神話等では木星がジュピターとされゼウスを体現しています。この様に太陽系の惑星の中には木星から生まれたと思われる星(水星・火星等)があるとのこと。生物は生物からしか生まれないうし、生物には必ず親がいます。冒頭、生物の定義の話がありましたが、惑星をこの定義に当てはめると、惑星は生物と同じで意思・意識を持つていないのではないかと。今回は、四千年五百年前に起きたといわれる地球大激変「ノアの大洪水」についてムーアの「アプローチの説明」がありました。十二月十一日には、世界初の民間による、月面着陸を目指す日本企業(space)の目指す日本企業「スペースエクス」で打ち上げられました。近年、宇宙には水の存在を示す研究論文が相次いで発表されています。地球の歴史を新たな観点で考え直すことは、重要だと実感しました。(佐藤 浩徳)

活動のご報告

2022 年 11 月 26 日～2023 年 1 月 25 日

- 11 月 26 日 第 223 回 地元学講座
「地球生命体ガイア」
講師 三神たける氏
- 12 月 1 日 相談支援 児童相談支援事業開始
- 12 月 2-3 日 憩〈販売〉「障がい者週間展示販売会」
(福島市)
- 12 月 2-4 日 憩〈展示〉「福島市福祉作品展」
(利用者三名参加) (AOZ)
- 12 月 4 日 夢工房〈販売〉「カルチャーペアリングポップアップ
コーヒーイベント in 飯坂町不動寺」(福島市)
- 12 月 9 日 夢工房 ラジオ出演 (FM ポコ)
- 12 月 10 日 第 224 回 地元学講座
「星月夜～ぬりえをそめてみよう」
講師 橋口久子氏
- 12 月 14 日 夢工房 福島学院大学で講義
- 12 月 19 日 憩〈販売〉「絆 day」(福島市役所)
- 12 月 21 日 憩 「第一回スイーツコンテスト」
準優勝 (共生社会実現協議会主催)
- 1 月 12 日 ひまわり「復興支援研修会」参加
(Zoom) (生活クラブ生協様主催)
- 1 月 16 日～ 楽膳〈イベント〉「ふくしまクラフトダイ
2 月 12 日 ニング」(福島・東京)
- 1 月 21 日 第 225 回 地元学講座
「森と生きる」
講師 蓮沼昇氏
- 1 月 25 日 夢工房 「Fukushima Tech Create2023
成果発表会」コラボパン製造 (いわき)

活動予定

2023 年 1 月 26 日～2 月 25 日

- 2 月 3 日 楽膳 「ふくいろキラリ」10 周年記念
式典参加 (福島市)
- 2 月 18 日 第 226 回 地元学講座
「紙芝居で知るふくしまの昔話」
講師 畠中正一氏



まちなか夢工房の
「お互い様のまち」(パイフワード)
の取組みが紹介された動画です。
ぜひご覧ください！
(ひまわり里親プロジェクト様制作)



敬養講座 地元学を学ぶ 第二百二十六回 予告

「紙芝居で知るふくしまの昔話」

〈講師〉畠中 正一氏

(NPO 法人市民活動ネットワーク相馬 代表)

〈日時〉2023 年 2 月 18 日 (土) 13:30～15:00

〈場所〉まちなか夢工房 2 階

〈参加費〉500 円 〈参加人数〉10 名

<講演内容>

- ① 霊山城落城秘話「北畠顕家と松代姫、天童丸」
 - ② さとばたけの河童伝説の紙芝居を通し、地元に残る歴史を交えて紹介します。
- これらの紙芝居は、東日本大震災、そして原発事故被災のときに、広島のまち物語制作委員会から紙芝居の制作の支援をしていただき、震災事故を風化させない、語り継ぐための取り組みとして 130 本もの紙芝居を作っていただきました。原発事故と震災関連の紙芝居はそのうちの 40 本ほど。現在も制作継続中です。今回はその中から上記の 2 本。地元の歴史とともにお聞きください。

<講師プロフィール>

NPO 法人市民活動ネットワーク相馬 代表理事、(ふくしま歴史文化保存会代表) 福島県相馬市生まれ。63 歳。
明治大学政治経済学部卒業。卒業後、厚生労働省管轄の独立行政法人高齢・障害・求職者支援機構へ入職し平成 31 年定年退職。人材育成業務に 38 年携わり、その間陽明学をベースに論語等四書五経の他、報徳仕法を学ぶ。東日本大震災時、宮城県仙台港の産業道路走行中大津波に遭遇。奇跡的に脱出。震災以降、一般社団法人相馬報徳社、NPO 相双歴史文化保存会を設立し震災復興に取り組む。
定年後は、福島市内の介護施設「しみずの里」事務長として奉職。現在、FTV カルチャーセンターで歴史講座「信夫と伊達の歴史に学ぶ」を講義。

*2 月 14 日までにお申込みください。新型コロナ感染拡大防止のため、参加人数を制限させていただきます。終了後、シャロームホームページより YouTube 配信いたします。



今日は十年に一度クラスの寒波が襲来中で外の景色はずっと雪です。スマホで天気を見たら今はお昼の 12 時近いのに -5 度、強風の影響で体感気温は -12 度という表示。雪道の運転が恐いこんな日でも宅配業者の人は休まず届けてくれるし、スーパーも営業しているし、テレワーク勤務ができない人たちが日々の暮らしを支えてくれているんだな。感謝。(A・O)