

【 元気堂 】(第319号 2009.09.25)

日本海には高気圧があって本州付近をおおっています。
一方、父島近海には熱帯低気圧があって、ゆっくり北に進んでいます。

大島では今日の夕方まで、新島では明日の明け方まで、伊豆諸島南部では明後日にかけて、波やうねりが高いでしょう。船舶等は高波に注意して下さい。

【 土日のお天気 】

	26日(Sat)		27日(Sun)	
	天気	最高/最低	天気	最高/最低
札幌		19/ 14	//	20/ 11
秋田		22/ 16		23/ 12
仙台	//	25/ 17	//	21/ 16
宇都宮	//	28/ 19	//	23/ 17
東京	//	27/ 20	//	25/ 19
横浜	//	27/ 19	//	24/ 19
長野		24/ 17	//	25/ 14
静岡	//	28/ 19	//	26/ 20
名古屋		30/ 21		26/ 21
新潟		22/ 19	//	24/ 15
金沢		25/ 19	//	26/ 17
大阪		29/ 21	//	29/ 20
神戸		28/ 23	//	28/ 21
広島		30/ 21		29/ 18
松江		25/ 19		27/ 16
高松	//	29/ 22		28/ 20
高知	//	30/ 21		27/ 19
福岡		29/ 21	//	29/ 20
鹿児島		31/ 23		31/ 23
那覇		32/ 27	//	31/ 26

(: 晴れ, : くもり, : 雨, *: 雪 : のち, // : 時々, / : 一時)

【 お天気モード 】

「 恐れていた登山中の突然死が招いた救助ヘリ墜落事故 」 2009年09月12日の日記より

9月11日15時20分頃、岐阜県高山市奥飛騨温泉郷神坂の北アルプス・奥飛騨岳と西穂高岳の間にある岩峰「ジャングルム(3163メートル)」の近くで、登山者を救助中だった岐阜県防災ヘリ「若鮎2号」が墜落。通報を受けた県警のヘリが、炎上している同機を発見、3人の遺体を収容した。死亡が確認されたのは、朝倉機長他2名の搭乗者だった。

【 事故の状況 】

同機は同14時20分頃、「**ジャングルム付近で登山中の男性が心肺停止状態になった**」との出動依頼を受け、同県**防災航空センター（各務原市）**を出発し、現場付近で高山署員らを降ろした後、機体後部が岸壁に接触し墜落。本体は2つに折れ、400メートル落下した。

県警へりの中島県警航空隊長は、「事故の30分後に現場に到着したが、ガスがかかっているため視界が悪かった」という。

【 救助を求めた登山者たち 】

宮城県の無職富沢さん（64）で、仲間9人と登山中、突然倒れ込んだ。富沢さんは現場で死亡が確認され、長野県警へりが収容した。

【 災害現場の状況 】

1. 現場周辺は、岩肌がむき出しになり稜線や斜面が不規則な地形。
2. 県警の幹部は、「**風向の変化が読みにくく、搜索が難しい北アルプスの中でも、特に困難な場所**」と指摘した。

（ 読売新聞9月12日 より編集 ）

【 感想 】

本報道に接した最初の印象は、「**ついに最悪のケースが起きた**」ということでした。ブログや弊社のメルマガ「**元気堂**」でも指摘していますが、**中高年の登山中の突然死は珍しいことではなくなっている**。その**原因は生活習慣病からきている心筋梗塞である**ということです。

そして、何よりもリスクを高めているのが、本人の体調に関する無頓着ないしは何の根拠もない体調への過信にあるということです。

今回の登山者の遭難から救助依頼の状況から推して、富山さんはばったり倒れたことから、ほぼ心筋梗塞に違いない。スポーツ中や登山中の突然死は心血管症のケースがほとんどで、その前兆はあるというのが、スポーツ医学の専門家が指摘しています。

遭難現場は、健常の若い登山者でも苦勞する岩肌のむきだしているコースであることから、恐らく、何度か小休止や汗が噴出していたことと思われます。その時の状況判断は、本人が一番とは言え、9人の仲間はその気配が少しも感じられなかったのかどうか。北海道で大量遭難があったときは、予定が決まっているからという強行軍も大きな要因でした。現場の状況などを勘案してみると、何らかのサインがなかったとは思えません。

この9人のメンバー構成とその登山予定に無理はなかったのか、リーダーの判断はどうだったのか、何よりも体調管理を行ったいたのがポイントになるものと思います。

今後は、中高年の登山については、「そこに山があるから」という登山者の意欲もさることながら、

「体調管理最優先」という意識が重要でしょう。そして、そのことが中高年登山者に浸透しなければ、ますます増加している中高年の登山中の突然死とそれに巻き込まれる結果のいたたまれない不幸な二次遭難や災害が増えることを示唆していると思います。登山者、パーティ及び大小の山岳愛好会などの猛省が望めます。

謹んで亡くなられた4名のご冥福を祈りあげます。

【 e健康生活 】

「 [おいしさはおもてなしの心](#) 」 2009年09月22日の日記より

17日から20日まで、娘の強い希望をようやく適えることができました。

娘にとって、いわば自分のルーツを知りたいという気持ちを感じ確かめたい福岡への帰省でした。1日目と2日目には、私のビジネスの用事もあり、娘が一人で過ごす時間もありました。

1日目

姪のご夫婦と息子さんたちとの会食。九州名物にもなっている「モツ鍋」。
私は、少し遅れての参加となりましたが、姪夫婦から、親父の若い頃(?)のエピソードなどで、大いに盛り上がったようです。
最後は、姪の息子さんたちと「博多ラーメン」
其の後姪夫婦のマンションで、夜中過ぎまで、娘の切り出す話題でたっぷり語り合いました。

2日目

ビジネスミーティングを終えて、天神のバスセンターで待っている娘から、さかんに催促のメール。19時過ぎの高速バスに乗り込み、若宮バスセンターへ。
バスセンターまで迎えに来ていただいた、姉の旦那さんの車で久しぶりに、姉夫婦の家に到着。
玄関で、愛犬の大きなほえ声での歓迎があった後、直ぐに、姉手作りの大盛りの料理とお刺身で、会話が始まりました。この時も、娘が、いかにおじさんやおばさん、何よりもいとこたちにお会いしたかったかを熱くにぎやかにしゃべり倒していました。
姉夫婦たちの九州弁(当たり前ですが)に、何度も関心を示し、娘の物まねが妙でした。
この日は、昨夜の寝不足もあってやや早めにおやすみ。

3日目

朝は、懐かしい九州の白味噌のおみおつけ。少食の娘に、「もういらんと? 食べんねー!」とやや、姉は腕を撫していました。
一片付けの後、10年以上続けているという「手作りパン各種」を披露し味わいつつ、材料の数の多さや蘆薈など、ベトナムコーヒーを喫しながら、おいしくいただきました。
その後、これからのスケジュールの話をし、「それなら、市場小学校と赤池中学校、子どもの頃住んでいた実家(今は更地になっていました)や貴船神社(子どもの頃は「お宮」と呼んで、三角野球やキャッチボールを日がな楽しんでいた場所)に行ってみようかね」ということになりました。

小学校と中学校は、元々の場所にありますが、校舎がこじんまりとした近代的な建物に変わったおり、運動場も昔の思い出にあるものとは違っていた感じです。これは、子どもの頃に感じていた風景や建物などが、年取ってから見ると子供の頃の印象(ずっと心の奥深くにあったイメージ)が一致しないことのなせる技なんでしょう

その後は、娘に約束していた「[白糸の滝と上野焼の窯元めぐり](#)」に、姉の車でお世話になりました。

その感想と娘の絶賛したハイライトなどは後日。

いずれにしる、おもてなしの料理は、いずれも素晴らしくおいしかった。それは、何でだろうと考えてみました。今回の帰省で一番感じたこと。「食べ物のおいしさは、おもてなしの心にある」。姪、姉と良い兄弟やそのご家族の温かい歓迎の気持ちがい一杯にこもった食事会でした。

ふるさと九州を離れて40年経ちました。福岡の変わらない美しさは、もてなしの心でした。それが、一緒に食事をしながらの雰囲気を上質にし、心がゆったり広やかにしました。娘は、笑ったりうなづいたり連続で、心もお腹も一杯だったようです。一つ、親父の役目を果たすことが出来ました。

【 [WISからのお知らせ](#) 】

***** [天気で元気!](#) *****

世界で最初の「ソリューションする気象会社」

防災メールなら [地震番](#)

<http://www.wis-x.co.jp/jishinban/jishinban.html>

[トータル節水システム](#) ([経費節減効果NO1](#))

http://www.wis-x.co.jp/kachiaru/kachiaru_shouhin.htm#echoj

たのしい競馬に [「馬場コンディション情報」](#)

<http://babacondition.sblo.jp/>

減災とセキュリティ [「ミスター防災」](#)

<http://mrbosai.sblo.jp/>

取れたて安全・安心農産物 [「直売所NOW」](#)

<http://chokubaisho.sblo.jp/>

天気と健康のお話 [「ウェザー&ビューティ」](#)

<http://weatherandbeauty.sblo.jp/>
