

私のこだわり

花巻 西山 吉彦さん

19



週に2回はサウナに行く西山さんご夫婦

昨今の癒しブームで、温泉、スーパージェット、数年前から女房と、湯めぐりをしていて、最近、「遠赤サウナ」にはまっています。

初めてサウナ室に入った時は、温度計を見てびっくり。「90度。暑い。なぜ、平気な顔で他の人はいれるのか」。私も平然として座ってみるが、敷物のタオルが熱い。まさに焼けるようだった。

思わず「アツイ」と声が出てしまい、周りからは冷ややかに、まるで「静かにしろ」と言わんばかりの目つきで見られ、ずっと我慢をして座る。苦しくなり、次第にジワっと、ヌルっとした汗が出て

夫婦でサウナ健康法

5分は経っただろうか。「もうだめだ。暑い」とサウナから出て、水風呂に入ると、今度は「冷たい」。ゆっくりと入るが、これがまた冷たく縮みあがる。あつという間に水風呂から上がる。

なぜ、他の人がサウナ、水風呂と入っているのかわからない。不思議だったが、今ではサラサラと流れる汗が爽快で、夫婦の共通の趣味になり、週2回程足を運びます。

1回の入浴は1時間、3時間。もともと女房の方が長い。もちろん男女別だが、女性サウナでは常連さんと友の会があり、年に数回、食事会などをしていくようです。まさに、「袖すり合うも他生の縁」です。

最近では、メタボリックシンドロームなどが問いただされていますが、ご多分に漏れず、お腹回りが気になる年齢になってしまいました。これからは、適度に運動とサウナで健康に留意していきたいと思っっている今日この頃です。

きた。

5分は経っただろうか。「もうだめだ。暑い」とサウナから出て、水風呂に入ると、今度は「冷たい」。ゆっくりと入るが、これがまた冷たく縮みあがる。あつという間に水風呂から上がる。

なぜ、他の人がサウナ、水風呂と入っているのかわからない。不思議だったが、今ではサラサラと流れる汗が爽快で、夫婦の共通の趣味になり、週2回程足を運びます。

1回の入浴は1時間、3時間。もともと女房の方が長い。もちろん男女別だが、女性サウナでは常連さんと友の会があり、年に数回、食事会などをしていくようです。まさに、「袖すり合うも他生の縁」です。

最近では、メタボリックシンドロームなどが問いただされていますが、ご多分に漏れず、お腹回りが気になる年齢になってしまいました。これからは、適度に運動とサウナで健康に留意していきたいと思っっている今日この頃です。



被災地の現状を含めて執行部へ要望する鈴木副会長

全建総連第55回定期大会が、10月15日～17日に青森県で開催されました。前日まで台風19号の影響で大荒れでしたが、当日は天候に恵まれ、全国から53県連・組合1,427名が参加し、岩手県連からは役員17名が参加しました。

主催者あいさつで、三浦中央執行委員長は「昨年の大会で重要課題とした職人の賃金・単価の引き上げや社会保険未加入対策の推進、予算要求に向けて取り組み、また7年振りに組織の増勢を実現することができました。全国の組合員、役員、書記の皆さんのご奮闘に深く感謝を申し上げます。この大会では、活発な論議をお願いします」と述べました。

初日の本会議では、当連合会の鈴木副会長が「復興支援住宅デーは、

予算の継続を要望 大きな拍手が会場を包む

2日目は、9つの分科会に分かれ、1年間の活動報告や熱心な論議が展開されました。

最終日は、分科会報告や経過報告、新年度の運動方針案、予算案が承認され、今後の奮闘を誓い「ガンバロウ三唱」で終了しました。

【県連 阿部記】

全国の各地の県連の仲間が何ヶ月も前から準備し、長時間かかる道のりを夜通し交代で運転して被災地に来てくれます。今年度は、この住宅デーへの予算が計上されていませんが、震災復興にはまだまだ長い道のりです。津波で家を失い仮設で不自由な生活をしている方々を元気にし、笑顔で楽しんでもらうことができる復興支援住宅デーが今後も継続できますよう、予算の面について特段のご配慮をお願いし、参加者からの大きな拍手が会場を包みました。

この1枚 ナイスショット



こんな森の中にスカイツリーを発見？
実は、栃木県日光市の「東武ワールドスクエア」にあるミニチュアです。それでも高さ約26mあります。
(県連書記局より投稿)



遠野市にあるかっぱ湖で、貴重な情報をゲット。かっぱ湖の守り人が言うのですから間違いありません。
(県連書記局より投稿)

教宣部からのコメント
スカイツリー(ミニチュア)の写真について
夜のライトアップもあるのでしようか。
※期間限定で、ライトアップはされているそうです。
看板の写真について
はて、手前側には本当にカッパがいるのでしょうか。

11・12月行事予定

- 11月 11日 第2回 県連会計監査 (盛岡)
- 11月 16日～17日 全国青協幹事会議 (熱海)
- 11月 18日 全国建設研究・交流集会 (いわき)
- 11月 19日 中央執行委員会 (東京)
- 11月 20日 予算要求 中央総決起大会 (東京)
- 11月 20日 意見交流 (盛岡)
- 11月 20日 岩手労働局
- 11月 20日～21日 全国税金活動者会議 (東京)
- 11月 23日 岩手県復興支援住宅デー (大船渡)
- 11月 7日～8日 第53回 県連定期大会 (花巻)
- 11月 9日～10日 第275回 中建国保連事会 (熱海)