

台風 宮田守男

(現場)からの

台風5号は太平洋高気圧の存在で異例の進路により東北の太平洋側から上陸し甚大な被害を各地に引き起こした。お盆休み中も台風上陸の可能性がある

が、毎週のコラムを執筆するのは掲載日の1週間前、急激な温暖化の影響が予想不可能な事態が多発、苦慮する場面も多い。

8日夕方、宮城県白向灘で最大震度6弱の地震が発生、気象庁は初めて「南海トラフ地震に関する臨時情報(巨大地震注意)」を発表。南海トラフとは、駿河湾から今回震源となった日向灘にかけての境界に沿って伸びる海底のくぼ地で、およそ100年から150年の間隔で大規模な地震が起き、前回の大規模地震からすでに80年ほど経

過して最悪の被害想定は死者32万3000人、倒壊及び焼失する建物はあわせて238万6000棟。被害は広域にわたり、経済的な損失は国家予算を遙かに超える約215兆円にのぼると試算されている。

地域にある「涼感」に出会おう

大北地域の大大町市・池田町・松川村などで負傷者が想定され、大北地域で甚大な経済的損失が発生すれば市町村財政や地域経済の運営も危機的状況が予想される。非常時に備える意識対応すること

が求められている。知人の加藤和郎さんから猛暑には「涼しさや」の句によるイメージ涼法に限ると「涼しさや 棚田棚田のこぼれ水」の句が届く。棚田は山の斜面などにつくられた田んぼで、段々畑のように一段一段が水平になり、ちよろちよろの音が重なり、合唱しているように聞こえ「音に涼感あり」を詠んだ句だ。大自然の中で生活できる素晴らしい環境の中で「涼感」を感じる場面に出会える楽しみを探



太陽に向かい鮮やかに咲くヒマワリも今年の猛暑には辛そうに下向きに

すのも楽しいのだから。今が旬のキュウリは成分の約9割以上が水分で、体を冷やす作用があることされている。冷やしたキュウリに味噌を付け、生のままかじると口の中でおいしさ広がる涼感を楽しむ事を勧めたい。

暑い時に冷たい「冷そば」が好まれ地域の蕎麦屋さんも大繁盛だ。ソバ自体に含まれる炭水化物をエネルギーに変換する効果のあるビタミンや体内の塩分を外に排出し、むくみを予防する効果のあるカリウムなどの成分は、ゆでる時にゆで汁に流れでるため、そば湯を飲むと、ソバの栄養価を余すことなく摂取できるとされている。国内外の皆さんにもそば湯の魅力を伝えてほしいものだ。

(信州地域社会フォーラム会員・白馬村森上)