

岐阜環境医学研究所・座禅洞診療所
呼吸器疾患・禁煙治療
診察日：月曜・木曜・金曜
時間：9:00~12:00、13:00~17:00

〒502-0017 岐阜市長良雄総878-16
IP Tel:050-5201-5567
FAX:058-296-3903
E-mail:zazendoh@ccn.aitai.ne.jp
http://zazendoh.town-web.net/

第57号 2008.11.1
毎月1回発行 座禅洞診療所 松井英介

座禅洞だより

住みよい街は、道づくりから

松井英介

7月号に、自転車について書きました。安心して自転に乗れるまちができれば良いな！という願いをこめて。朝、バスで岐阜駅の方に向かうと、長良橋の上や岐阜公園の前で、大勢の高校生たちに出会います。バスのすぐわきの歩道や車道を、つぎつぎに反対方向に走って行くのです。法が改正されて、自転車は車道を走れ！ということになったようですが、バスレーンのわきの車道には、ほとんど余裕がありません。いきおい歩道を通ることになります。ところが、歩道も狭いところが多く、歩道のないところも珍しくないのです。長良川の堤防通りも、同様です。

私の息子は、バスと接触して運転手にクレームをつけたことがありました。友人の娘さんは、大怪我をして後遺症が残ったのです。



自転車専用道路標識

郡上の奥から伊勢湾まで、自転車で安心して走れたらどんなにか良いのに。そのためには、自動車とも歩行者とも接触しないことが条件です。堤防自動車道の内側、つまり川の側に、水に親しめる自転車専用道路を造ることを提案します。まちの中にも、自転車レーンを！

先日夕方6時45分ころ、東京から帰ってきてJR岐阜駅で「おぶさ」行きバスを待ちました。長い列できていました。電光掲示板には、「時刻通り運行しております」。3分待てばよいなと思っていたら、25分経っても来ないのです。その間、「医療センター」、「三輪釈迦」、「真福寺」などが到着し、長い列はなくなりました。おかしいなと思って、時刻表を見ると、「おぶさ」50分発の下に、とても小さな字で、「医療セ」と書いてあるではありませんか。

結局30分待って乗り込んだバスの、これまた小さな掲示を丹念に読むと、9月20日から「おぶ

[ステビア]パラグアイ原産の多年草。花期は10~12月。葉はやや先の尖った楕円形で対生する。古くからインディオにより甘味料として利用され、甘味成分はステビオサイド(stevioside)というジテルペン配糖体である。低カロリー食品、糖尿病患者のための食品の甘味料として広く利用される。

[参考写真(植物)]帝京大学薬学部ホームページより・http://www2.odn.ne.jp/~had26900/index.htm

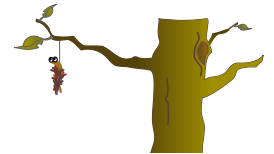


(34)

冬じたく

于海 (Yu Hai)

朝晩めっきり寒くなってきましたね。秋がますます深まってきています。



中国に「春舞秋動」という諺があります。春は穏やかな動きで、秋にはしっかりと体を動かすということです。つまり、四季に合わせた服装で、服装に合ったからだの動きをするよう強調しています。

もう一つ、中国語で同じ発音で「春捂秋凍」ということばがあります。この意味は、春には、温かくなってもしっかりと厚着の方が良いのです。なぜなら、春先は天気が不安定で、突然寒くなるかも知れません。また、夏の暑さに耐えるように体を調整します。でも秋には、春先とは逆に薄着の方が良いのです。その理由は、冬の寒さに耐えられるように、徐々に体を冷やして慣らしていくのです。

以上、カラダの冬じたくの豆知識です。

さ」の一本を長良医療センター発着に変えたとあります。「おぶさ」行きは、一時間2本にしまったのです。

大切なことは、イギリスがやったように、バスの本数を増やし値段をさげること。乗換可能市内100~200円均一システムなど。そうすれば、バスの利用者も増えるでしょう。

高齢者の運転免許証取り上げ案が検討されているようですが、公共交通網の整備・交通システムの抜本改革、すなわち“道づくり”をまずやるべきだと思われませんか。