

診療所待合室
恐るべし!

大山町特産『白ネギ』の薬効

診療所事務局

以前、焼きネギをのどに巻くと風邪の症状が緩和されるという話を聞いたことがあります。子どもの頃はネギが大嫌いでしたが、親から「近所の〇〇さんは、入学試験当日の朝に生ネギをかじってからテストを受け、見事志望校に合格したのだぞ。ネギを食べると頭がさえて、勉強が良くなるよ」と頭がさえて、ちゃんと食べない！」と叱られたことも思い出しました。



生ネギは匂いがきつく後味が悪い感じもあるのですが、ラーメンやうどんなど麺類などには薬味として大変重宝されています。医学的根拠に基づく話かどうかわかりませんが、体に良い食べ物であることは間違いなさそうです。

ところでネギの抽出物にA型インフルエンザの感染予防作用があることをご存じでしょうか。富山大学がマウスを使った実験で突き止めたのですが、A型に感

染させたマウスにネギの抽出物を与えたグループは、全く与えなかったグループに比べウイルスの量が3分の1に抑えられ、ウイルス抗体の量は逆に3倍もあつたのです。

富山大学の林教授は、「感染から3日後に優位な差が出たのは、ネギ抽出物を1週間前から与えていたので、すでに抵抗力ができていた。ネギを食べると風邪にかかりにくくなるのか、かかっても軽く済むと言われているが、ネギには抗体を作る力を整えておく効果があるようだ。」とのこと。

昨年大流行したA型(新型)は終息しつつありますが、インフルエンザは種類を問わず毎年のように流行ります。インフルエンザが流行ると白ネギの匂いはほぼ同時期なので、日頃からネギをたくさん食べて予防したいものです。

大山山麓の黒ボク土壌で育まれたジュシーでおいしい白ネギは、大山町が誇る特産品でもあります。『医食同源』※以上の効果が期待できる食材ではないでしょうか。



※医食同源とは、体によい食材を日常的に食べて健康を保てば、特に薬など必要としないという中国古来の考え方。

人権のつぼ 57

大山町人権交流センター TEL 0859-54-2286
大山町茶畑 1077-3 FAX 0859-54-2413

小地域懇談会を振り返って

○テーマは普遍的な問題

今年の小地域懇談会は、「今から作る『住みよいまち』への第一歩」をテーマに、11月中旬から12月下旬まで、区長さんや社会教育推進員さんのご協力により、158の集落で1173人のご参加を頂き行いました。

○「差別の根っこ」

人権問題や人権課題には、偏見や差別にもとづくものがあり、これらは往々にして、固定観念や先入観にもとづいて起こることがあります。さらに最近では、さまざまな人権問題も生まれています。

これらに共通する部分を取り除くために、人権問題や人権課題の底辺に潜む「偏見・因習・習慣」など、身近な事例をもとに「差別の根っこ」ということを考えたり、話し合ったりして頂きました。

○参加者の声

参加者の参加回数では「初めて」が11%、「2〜5回」が41%



とあり、合わせると52%と参加者の固定化が言われるなか、新しい参加者も多くありました。話し合った内容については「話しやすかった」とか「身近な話題だ」「意見が言いやすくて良かった」などの感想を頂き、小地域懇談会全体についてのアンケートでは72%の方から「良かった」との評価を頂きました。また「意識がどう変化しましたか」との問いに「参考になった」が78%「考えることができた」に15%とありました。

○平成22年度は

普遍的な視点からのアプローチとして、さまざまな人権問題や課題をとらえて小地域懇談会を進めたいと思いますのでよろしく願います。

◆問い合わせ先

人権推進課
☎0859・54・2286