

関平だより

平成 20 年 2 月号



発行 霧島市営 関平鉱泉販売所
所長 黒葛原 茂成
0120-235-524

定休日 第1及び第3火曜日

霧島の歳時記

2月立春。しかし、「春は名みの風の寒さや」とうたわれるように、暦の上のことだけと思うほどに風は冷たく、むしろ冬真ただ中という印象がありません。でも中旬になれば、ここ霧島でも日が少し長くなってきたことを実感できますし、気温は確実に上昇してきます。寒さに弱い方も、もう少しの辛抱です。

関平鉱泉所の向かい側に柳平、通称「命の洗濯場」という見晴らしの良い丘があります。頂上まで少し歩いていくことで高原浴を楽しめ、穏やかで適度な運動にもなります。頂上からは視界が大きく広がり、ちょっとしたストレスは吹き飛びます。まさに「命の洗濯場」です。

その高原散策の後には、関平温泉にゆったりと浸かって温まっていたら、「極楽極楽・・・」そして、その後の水分補給は、もちろん「関平鉱泉」です。

寒さを押しての関平鉱泉へのドライブをお勧めいたします。



今月のアイデア

空いたペットボトルにプラスチックフラワーと水を入れて、水中花としてご利用になっている方がありました。ペットボトルの乱反射によって、普通のガラスの水中花よりきれいに見えました。グッドアイデアとしてご紹介いたします。



アンケートへのご協力のお礼とお詫び

【お礼】

昨年の11月12月に配布させていただいたお客様アンケートは、1月末で回収を締め切りました。

皆様のご協力おかげで、約3,000通という大変多くのアンケートを回収することができました。私どもも10年に1回の大きなアンケートとして、この皆様のお声を今後の運営に活かしてまいります。本来なら、ご意見をいただいた全ての方1人1人にお礼の電話を差し上げるべきですが、何分にも約3,000通という多くの枚数ですので、それができません。

大変恐縮ですが、この紙面を借りてご協力いただいたこと、ここに厚く御礼申し上げます。



【お詫び】

お客様アンケートについて、多くのご要望・ご質問がありました。これに関しては、集計後に一括して関平だよりの中で発表することとさせていただいていますが、その中に鹿児島大学での研究成果の詳しいデータを送って欲しいとのご要望がありました。このご要望に対して改めて関係法規を調べたり、関係機関にも問い合わせをしましたところ、薬事法で許可されている医薬品以外の全ての飲食物に対し、書籍学術論文等の抜粋も含め、効能効果を「標ぼう」することを禁止していることがわかりました。ですから、ミネラルウォーター等の飲料水を販売する事業主体が、学会での発表論文や学術雑誌等の内容コピーをお送りすることも、薬事法違反になる恐れがあることが判明いたしました。即ち、内容が事実であっても、医薬品としての承認許可を取得しない限り、医薬品的な効能効果を「標ぼう」することはできないとしています。

昨年未より食品偽装問題等「食」に関する信頼が揺らいでいる中、自治体が経営する関平鉱泉として厳格に法令遵守して参りたいと思っています。そのため鉱泉水については、過去の関平だよりでも効能効果を少しでもうかがわせる部分を削除する等、ホームページ等も修正しています。

そのようなことから何とぞ事情ご理解の上、学会発表等の資料コピーの送付についてはご容赦くださいますようお願いいたします。

健康知識 その 1

関平鉱泉をご飲用いただいている方もそうでない方も、皆様が健康で長生きしていただくことは私どもの願いです。この2月からこしばらく、色々なデータや書籍等より健康に関する一般的な知識を抜き出して掲載します。一緒に知っていただくことで、健康でより充実した毎日をお過ごしいただきたいと思いをします。

1. 平均寿命

厚生労働省の平成17年の調査によると、男性78.53才、女性85.49才となっており、これは男性では、アイスランド(78.9才)、スイス(78.6才)に次いで3位です。女性は1位であり、2位のスペイン(83.8才)とは1.6才も差があります。男性の1位であるアイスランドの人口は29万人であり、2位のスイスの人口が734万人であることを考えると、実質1位といってもいいでしょう。ちなみに、アメリカの男性は74.8才、女性は80.1才となっています。

2. 日本の平均寿命の長い理由

日本の平均寿命が長い一番の理由として、日本型食生活があります。次に、生活環境の向上 助け合いの文化があり、さらに 国民皆健康保険制度も大きいと思われます。しかし、日本の長寿を支えてきた の日本型食生活も、かつての長寿島の沖縄でも50才以下の年齢層では、男性女性とも全国平均を下回るようになってきており、肉食中心のアメリカ食文化の浸透が原因ではないかといわれています。

3. 平均余命

平均寿命から自分の年齢を引いて、「自分の寿命もあと何年か…」と悲観される方があったかもしれません。しかし、平均寿命とは人間0才での平均寿命であり、実際にはここまで生きてこられた方は、心がけや生活次第でもっともっと長生きできますので、積極的な人生設計をしてください。

あくまでも平均ですが、この平均余命は大変気になる数字ですので、60才以上の表を掲げておきます。

4. 健康寿命

健康寿命とは、元気で活動的で自立した日常生活を過ごせる年齢を言います。

表現は悪いのですが、いわゆる「ピンピンコロリ」が長寿者の願望です。いかに長生きしても、やはり病に臥せることなく元気で生活したいものです。

即ち、今の保健福祉の課題として「健康寿命 = 生存寿命」とすることがあります。

【日本人の平均余命(平成17年)】

年齢(才)	平均余命(才)		年齢(才)	平均余命(才)		年齢(才)	平均余命(才)		年齢(才)	平均余命(才)	
	男	女		男	女		男	女		男	女
60	22.06	27.62	70	14.38	18.85	80	8.23	11.11	90	4.23	5.56
61	21.25	26.72	71	13.68	18.02	81	7.73	10.42	91	3.96	5.17
62	20.45	25.82	72	13.00	17.19	82	7.25	9.77	92	3.71	4.81
63	19.66	24.93	73	12.34	16.38	83	6.79	9.14	93	3.47	4.48
64	18.88	24.05	74	11.70	15.59	84	6.35	8.54	94	3.25	4.18
65	18.11	23.16	75	11.07	14.80	85	5.93	7.97	95	3.05	3.90
66	17.34	22.29	76	10.46	14.03	86	5.54	7.43	96	2.86	3.64
67	16.58	21.41	77	9.87	13.28	87	5.17	6.91	97	2.68	3.41
68	15.83	20.55	78	9.31	12.54	88	4.84	6.43	98	2.51	3.19
69	15.09	19.70	79	8.76	11.81	89	4.52	5.98	99	2.36	2.99
									100~	2.21	2.80

資料：厚生労働省「日本人の平均余命 平成17年簡易生命表」

関平鉱泉職員 2つの誇りと2つの感謝

- 1つ、私達は、鉱泉水を通じて人と自然を結び、お客様の健康づくりをお手伝いできることを誇りに思います。
- 1つ、私達は、お客様のご愛顧で得られた資金で、地域の人々のお役に立てることを誇りに思います。
- 1つ、私達は、お客様からのご愛顧の中で、人と人のふれあい、心と心のふれあいができることを感謝しています。
- 1つ、私達は、この鉱泉所で天与の恵みに関わる仕事を通じて、悔いのない人生を送れることに感謝しています。

編集子のひとりごと

アンケートが締め切られ、いよいよ集計作業に入ります。予想を超える反響があり大変嬉しいのですが、一方でこの集計作業がまた大変です。でも一方で、皆様のお声を聞かせていただけるのは楽しみの一つです。できるだけ早く集計させていただきたいと思っております。

ところで、今回から始めた健康知識その1の追加知識ですが、要支援介護期間は、女性の方が骨粗鬆症や認知症にかかりやすいことから、女性の方が2.4年長いといわれています。今後は、そのあたりもテーマに取り上げて参るつもりです。女性の方々、美容も大事ですが健康はもっと大事ですぞ！

