

2016年7月

第70号

# ぱれっと



(株)北日本ベストサポート  
Tel. 018-883-1888

## 原爆投下とオバマ大統領の広島訪問

米国は1945年8月6日広島市に、同9日に長崎市に原子爆弾を投下した。人類史上初の核兵器を実戦で使用し多数の罪のない一般市民の尊い命を奪った。2015年時点の原爆死亡者名簿に両市合計で46万人以上の名前が記載されている。(1945年12月末時点では広島市約14万人、長崎市約7万4千人)

原爆投下直後のトルーマン大統領声明では、「日本の国際法違反への報復・懲罰」と「戦争終結を早め人命を救うため」に原爆投下をしたと正当性を強調している。

トルーマン大統領は日本を降伏に追い込むための選択肢としてA案「原爆使用」・B案「ソ連参戦」・C案「降伏条件緩和の声明」・D案「本土侵攻作戦」について検討した。側近の多くがC案により早期終戦を進言したが聞き入れられずバーンズ国务長官の「原子爆弾使用」論に傾倒。1945年7月17日ポツダム会談直前に大統領は「トリニティー実験(原爆実験)」の成功を知り、7月25日には原子爆弾の投下命令を下している。

7月26日のポツダム宣言では国体護持について曖昧だったため日本政府はこれを「無視」、一方でソ連を介して和平の仲介を模索していた。

米国では原爆投下の口実として、また、ソ連では日本に対する宣戦布告の機会を得るため「ポツダム宣言が拒否され早期降伏をしないこと」を望んでいた。また、米国はソ連参戦前に原爆投下によって終戦にしたいと考え、ソ連は参戦によって終戦を迎え樺太・千島の領土を自国領土としたいとの思惑があった。

結局、8月6日・8月9日に原爆投下、8月8日にソ連が日本に宣戦布告する事態となり、8月14日昭和天皇の「聖断」によりポツダム宣言を受諾した。

米国では今尚「原爆投下は終戦を早め、本土決戦による100万人の将兵の生命を救った」という原爆神話を支持する声が大きいが、100万人もの生命を犠牲にする作戦を国民が支持するとは考えられないし、ソ連参戦によって死に体状態となっている日本(長崎)に2発目の原爆を投下したのは説明がつかない。原爆投下が目的化し、広島ウラニウム爆弾・長崎プルトニウム爆弾の異なる二種類の爆弾の効力・効果を探るための「人体実験」ではなかったかとの疑問がつく。

戦後71年を経て今年5月27日にオバマ大統領が現職大統領として初めて広島を訪問し、平和記念公園で原爆死没者慰霊碑に献花と黙祷を捧げた。ここで核廃絶を訴え原爆で犠牲になった家族に思いを馳せ、被爆者と固く握手を交わし抱き合った自然な態度は広く世界の人々へ感動を与えたと思う。長年培ってきた日米の絆が一層強固となり戦火を交えた国同士が未来志向で和解が進んだことの意義は大きい。近隣諸国との友好関係構築のモデルになって欲しい。



## であることの宿命

ニーチェの言葉

この生の時間の中で多くの体験をしたあげく、わたしたちは人生を短いとか長いとか、富んでいるとか貧しいとか、充実しているとか空しいとか判断している。

しかし、自分の眼がどこまでも遠くを見ることがないように、生身の体を持ったわたしたちの体験の範囲と距離は、いつも限られているのだ。

耳も、すべての音を聞くことはない。手も、すべてのものに触れることはできない。

それなのに、大きいだの小さいだの、固いだの柔らかいだの、と勝手に判断している。

つまり、最初から限界があるのに、自分たちの判断が間違っているかもしれないということに気づかないでいる。

これが、人間であることの大きささまの宿命なのだ。

『曙光』

## 視点を変えたり、逆手にとったりする



ニーチェの言葉

求め、追求し続け、それでも得られずについに疲れ果てたのならば、今度からはそれを見出すようにすればいいのだ。

何をしても風が吹いてきて妨害され、どうしてもうまくいかないのであれば、今度からは風を利用してやればいい。

帆を高く張り、どんな風が来ても、すべて追い風にしてしまうのだ。

『たわむれ、たばかり、意趣ばらし』

## 人 のことをあれこれ考えすぎない



ニーチェの言葉

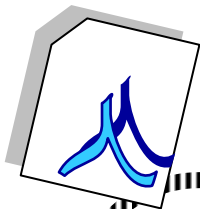
他人をあれこれと判断しないこと。他人の値踏みもしないこと。人の噂話もしないこと。

あの人はどうのこうのといつまでも考えないこと。

そのような想像や考えをできるだけ少なくすること。

こういう点に、良き人間性のしるしがある。

『曙光』



## 陸奥宗光 (明治の政治家・外交官・紀州藩武士)

天保 15 年 7 月 7 日 (1844 年)	紀伊国和歌山の紀州藩士・伊達宗広と政子の六男として生まれる。
安政 5 年 (1858 年)	江戸に出て安井息軒に師事。(吉原通い発覚で破門)。その後、水本成美に学び、土佐藩の坂本龍馬、長州藩の桂小五郎(木戸孝允)・伊藤俊輔(伊藤博文)などの志士と交友。
文久 3 年 (1863 年)	勝海舟の神戸海軍操練所に入る。
慶応 3 年 (1867 年)	坂本龍馬の海援隊(前身は亀山社中)に加わる。
明治元年 (1868 年)	明治維新後、岩倉具視の推挙で外国事務局御用係就任。1869 年兵庫県知事、1871 年神奈川県令、1872 年地租改正局長に就任。
明治 10 年 (1877 年)	西南戦争の際、土佐派と通じていたことが発覚、除族の上禁錮 5 年の刑を受け投獄された。
明治 16 年 (1883 年)	特赦で出獄、その後ヨーロッパに留学。
明治 19 年 (1886 年)	帰国。
明治 21 年 (1888 年)	駐米公使、メキシコ公使兼務。
明治 23 年 (1890 年)	農商務大臣就任。第 1 回衆議院議員に当選。
明治 27 年 (1894 年)	外務大臣就任。諸外国との不平等条約の撤廃に成功する。
同年	朝鮮甲午農民戦争をめぐり日清戦争勃発。
明治 28 年 (1895 年)	戦争後、伊藤博文とともに全権として下関条約調印。
明治 30 年 8 月 24 日 (1897 年)	肺結核のため死去。享年 54 歳。
明治 40 年 (1907 年)	条約改正や日清戦争の難局打開の功績を讃えて外務省に像が建立された。 旭日大綬を受け、正二位に叙せられている。

## オススメの BOOK



### 『中国人の頭の中』

作者 青樹 明子 新潮新書

著者は 1995 年から語学留学したのを契機に、98 年から現地で日本の流行事情を伝えるラジオ番組を始めた。3 つのラジオ局で 11 年間語り続けた。

中国の映画は商業主義も加わって「好色で残虐」な日本兵を中国兵がやっつける「抗日ドラマ」が量産され、反日感情が増幅される。

一方、日本に対する憧れもある。何よりも安全でおもてなしの国に大挙して中国人観光客が訪れる。反日の洗脳を乗り越え「日本好き」人間も着実に増加している。中国人に等身大の日本を伝え、日本人に等身大の中国を伝えた。

## 「1日1食」健康法



「1日1食」しか取らない健康法が話題になっています。

現代人はストレスが溜まりがち。ストレスで食に走ってしまう…そんな経験ありませんか？食べる喜びを満喫しながらストレスから解放され、ダイエット効果も期待できる1日1食をライフスタイルに取り入れてみませんか。

### 1日1食の方法

朝食… 紅茶、緑茶、生ジュースなど水分中心。

昼食… 楽しく食べる夕食までのつなぎ。

おにぎりや蕎麦などの軽食（和食中心）

夕食が近づく頃に「お腹がすいた、夕食が待ち遠しい」という状態を作る。

夕食… 1日1回好きなものを好きなだけ楽しく食べて、食べる喜びを取り戻す。

### メリット

- ①体重が減る。
- ②内臓（特に消化器官）が休まり、回復する。  
1食食べると摂取した食べ物が完全に消化吸収されてから排泄し終えるまでの過程は1食分で約18時間かかるので、内臓に優しい状態を作り出すことができる。
- ③内臓や血液中の余分な脂肪が消費され、体内の老廃物も一掃されて、血液がサラサラになる。余分なエネルギーは脂肪に代わって体に残る。脂肪を溜めこんでしまうと、その中に毒素や老廃物が入りやすくなり、それが血管内に入り血液を汚し、体中に毒素が回りやすくなり様々な病気を引き起こす。



東京サマーランドの紫陽花  
アナベルの雪山

- ④味覚がリセットされ食生活改善になる。  
味覚の鈍さが消え食べ物が美味しく感じられる。
- ⑤自律神経が正常になる。
- ⑥ホルモン機能が正常になる。  
1日で空腹が長く続くと、腸はモチリンという排泄を促す消化管ホルモンの分泌量を増やす。
- ⑦自己免疫力が上がる。  
空腹になると、免疫細胞が活性化する。
- ⑧脳の休息になり、精神的にリフレッシュできる。  
余分な脂肪がとれ、血管や血液がきれいになり、体が軽くなっていき頭がスッキリする。  
（空腹時は消化器を使っていないので、脳への血流がよく脳にとって一番よい状態で脳が活発に働く）
- ⑨肌がきれいになり若返り遺伝子が発動する。  
空腹になると若返り遺伝子サーチェイン遺伝子が発動し体の傷んだ細胞を修復、細胞を活性化させる。
- ⑩食費が浮く。

### デメリット

- ①食事の内容に注意が必要（バランスよく）。
- ②空腹に耐える精神力が必要。  
食べる量をいきなり減らさない、食べて直ぐ寝ない、余計なものを食べない、体に入れない。

現代人は食べ過ぎで、栄養過多気味。生活習慣病になりやすく、糖尿病、動脈硬化を引き起こすリスクが高くなっています。空腹であればあるほど、生命力が活性化し体が若返ることが医学的研究で分かっているそうです。

1日1食は体に良いのか悪いのか？賛否両論ありますが、健康に関して色々考えるのは興味があり楽しいものです。健康な方なら試に挑戦してみてはいかがでしょうか。（産経ニュース他より抜粋）

### 【編集後記】

7月10日投開票の参議院選挙の立候補者の顔ぶれも整い、激しい舌戦が繰り広げられている。

今回から選挙権が18歳以上に引き下げられた。実に70年ぶりの改正である。

選挙権は当たり前のことながら「義務」ではなく「権利」の行使だ。

未来は自分たちで築くとの意識を持ち、権利の行使をしていただきたい。年金も医療・介護もさらに財政までも、このままでは瓦解してしまう恐れがある。

様々な分野に関心を持ち勉強もしていただきたい。