

3月下旬、ファンクラブの会員7名が沖縄を訪問しました。普天間・嘉手納などの米軍基地、辺野古、沖縄戦南部戦跡などをめぐり、現地の方々とも交流しました。参加者の感想を紹介します。

## □ 平和の誓いあらたに

太田 幸代

今回の私の沖縄の旅は出発の日3月26日が、太平洋戦争のとき米軍が慶良間諸島に上陸し、27日にはその島で「集団自決」が起こつていたと知つたことから始まりました。

戦跡めぐりでは、糸数壕（アブチラガマ）や南城市前川の民間防空壕、摩文仁の慰靈塔、韓国人慰靈碑、平和の礎（いしじ）などを訪問、通常の観光旅行では多くのもの教えてもらいました。

糸数壕の湿った闇、67年を経て今も残る焼け焦げた痕、戻る人のいない「一家全

滅の家」など、「国体護持」という皇軍の論理のために捨て石にされた沖縄の悲惨さは私の想像を超えるものでした。

平和の礎に刻銘された戦没者は23万7千人、そのうち14万8千人が沖縄県民です。また、強制連行されてきた朝鮮人のうち1万人余の人々は消息不明のままこの人数には入っていません（200名ほどの人人が刻銘されています）。軍隊は自国民を守らないことを実感。

### 県民の生活を脅かし、自然を破壊する米軍基地

次の日は、普天間・嘉手納の米軍基地を見て、そのあまりに広いこと、そして住民の日常のすぐ隣に「戦時」が存在していることに驚きました。



アメリカが新基地をつくろうとしている辺野古と東村高江のヘリパッド建設予定地に生きています。高江にある「やんバルクイんばるの森」はヤンバルクイナやノグチゲラなど絶滅危惧種のいわれる生き物の宝庫です。それぞれ監視活動をしていの住民の方にお話を聞くと、日本政府やアメリカのねらいは「今ある基地を返還するかは「今ある基地を返還するか」というのではなくて、より効率的に強固な基地を建設することにあるということでした。

平和な島に、軍事基地はいらないと感じました。

美ら海（ちゅらうみ）水族館や植物園、首里城も見学、琉球舞踊を観て沖縄料理も楽しみました。沖縄は自然豊かで美しいところです。基地がなくなればどれだけ豊かな未来が開けるのか。日本中どこにも軍事基地はない、あら

ためてそう感じた旅でした。なお、この原稿を書いている最中に、高江ヘリパッドに配備予定のオスプレイが墜落事故を起こして2名死亡したというニュースを聞きました。オスプレイは開発中から何度も事故を起こしている危険なものです。

配備絶対反対！

戦跡・米軍基地を訪ねる沖縄の旅3日目、日本が完全に独立するかどうかの渦中にあります、住宅地が密集する中

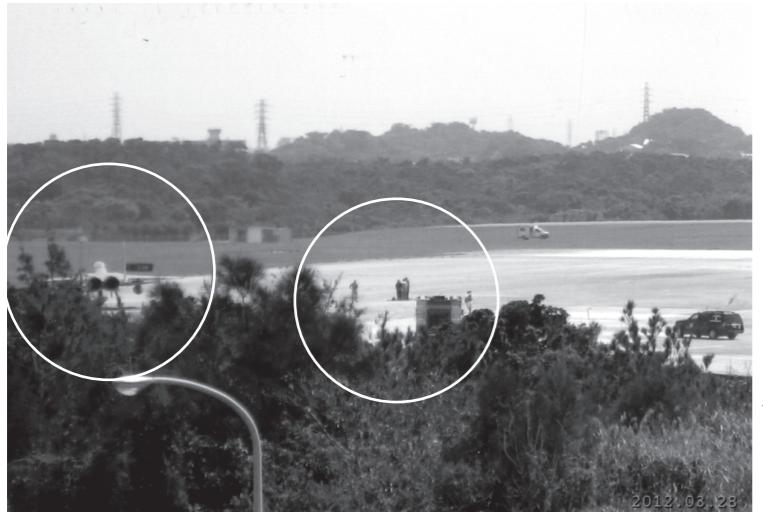
（写真下）那覇市余儀公園にある「9条の碑」（那覇市建立）の前で。

米沢 敏夫

日常生活においても、足腰が不自由で寝ている時間の長い方は、下肢（もも～ふくらはぎ）に血栓ができやすいと言われています。自分で身体を動かせない要介助の場合でも、できるだけ手足を動かすよう援助してあげましょう。



# 基地の島・沖縄への旅から



左の○が事故機、右の○が消防車

にある普天間基地を嘉数高台から遠望。その広さは空からでないと実感としては分からずらいが、嘉手納では自動車で行けども金網で仕切られた基地がどこまでも見えなくなつてから爆発的なが米軍戦闘機が飛ぶ。機影が見えてから遠望。その広さは空からでないと実感としては分からずらいが、嘉手納では自動車で行けども金網で仕切られた基地がどこまでも見えなくなつてから爆発的なが米軍戦闘機が飛ぶ。機影が

ジェット音が耳を切り裂く。そうしているうちに目の前の前の滑走路を、消防車をうしろに従えたジェット戦闘機が、右から左へとゆづくりと横切り、滑走路の端で止まった。「何かな」と見ていると、前方からも消防車と乗用車が来て50メートルくらい離れたところで止まり、5、6人が降りてきてジェット戦闘機を見ている。

そのとき私ら夫婦の隣にきた男性が「訓練に飛び立つジェット機が、発射装置か何かの故障で爆弾かミサイルを発射できずに戻ってきて、危険だから滑走路の端に止まつて点検している」と教えてくれ、「こんなことはしないことがある」とのこと。「万が一ミサイルがその場で暴発でもしたら、展望台まで破片が飛んで来ないとも限らない事件」だ。

## 事故、故障は日常茶飯事

展望台にいたのは

## ももこの健康教室

円高で海外旅行者も多いと聞きます。航空機の旅で気をつけることを書いてみました。

長時間（7～8時間以上）機内に座り、水分もあまりとらない状況のとき、足の血管の壁に血のかたまり（血栓）ができやすくなります。その後歩行時に、血栓が肺の動脈にひっかかり肺塞栓を起こすこともあるので非常に危険です。血栓はつまつた場所で血液の流れを阻害するからです。

予防のためには以下のことについて注意しましょう。

（肥満、糖尿病、下肢に静脈瘤のある人は特に注意が必要）  
◎機内は湿度が約20%で1時間に80ミリリットルの水分が蒸発するため、5時間で約1リットル（ペットボトルまで破片が飛んで来ないとも限らない事件）だ。

## エコノミー症候群 (血栓症の予防法)

ル2本)を目安に水分を取る。アルコールやコーヒーは脱水作用があるため飲まない。

◎1時間ごとに足を動かす。足首を伸展したり、膝を持ち上げたり、滑走路の端で止まつた。

以上、エコノミー症候群の予防ですが、高齢者の方もトイレなどに遠慮なく動いて身体をほぐしてください。

日常生活においても、足腰が不自由で寝ている時間の長い方は、下肢（もも～ふくらはぎ）に血栓ができやすいと言われています。自分で身体を動かせない要介助の場合でも、できるだけ手足を動かすよう援助してあげましょう。

「道の駅かでな」の4階展望台から遠望。その広さは空からでないと実感としては分からずらいが、嘉手納では自動車で行けども金網で仕切られた基地がどこまでも見えなくなつてから爆発的なが米軍戦闘機が飛ぶ。機影が

ジェット音が耳を切り裂く。そうしているうちに目の前の前の滑走路を、消防車をうしろに従えたジェット戦闘機が、右から左へとゆづくりと横切り、滑走路の端で止まつた。

「何かな」と見ていると、前方からも消防車と乗用車が来て50メートルくらい離れたところで止まり、5、6人が降りてきてジェット戦闘機を見ている。

そのとき私ら夫婦の隣にきた男性が「訓練に飛び立つジェット機が、発射装置か何かの故障で爆弾かミサイルを発射できずに戻ってきて、危険だから滑走路の端に止まつて点検している」と教えてくれ、「こんなことはしないことがある」とのこと。「万が一ミサイルがその場で暴発でもしたら、展望台まで破片が飛んで来ないとも限らない事件」だ。

## 事故、故障は日常茶飯事

展望台にいたのは

にある普天間基地を嘉数高台から遠望。その広さは空からでないと実感としては分からずらいが、嘉手納では自動車で行けども金網で仕切られた基地がどこまでも見えなくなつてから爆発的なが米軍戦闘機が飛ぶ。機影が

ジェット音が耳を切り裂く。そうしているうちに目の前の前の滑走路を、消防車をうしろに従えたジェット戦闘機が、右から左へとゆづくりと横切り、滑走路の端で止まつた。

「何かな」と見ていると、前方からも消防車と乗用車が来て50メートルくらい離れたところで止まり、5、6人が降りてきてジェット戦闘機を見ている。

そのとき私ら夫婦の隣にきた男性が「訓練に飛び立つジェット機が、発射装置か何かの故障で爆弾かミサイルを発射できずに戻ってきて、危険だから滑走路の端に止まつて点検している」と教えてくれ、「こんなことはしないことがある」とのこと。「万が一ミサイルがその場で暴発でもしたら、展望台まで破片が飛んで来ないとも限らない事件」だ。

## 事故、故障は日常茶飯事

展望台にいたのは

ある普天間基地を嘉数高台から遠望。その広さは空からでないと実感としては分からずらいが、嘉手納では自動車で行けども金網で仕切られた基地がどこまでも見えなくなつてから爆発的なが米軍戦闘機が飛ぶ。機影が

ジェット音が耳を切り裂く。そうしているうちに目の前の前の滑走路を、消防車をうしろに従えたジェット戦闘機が、右から左へとゆづくりと横切り、滑走路の端で止まつた。

「何かな」と見ていると、前方からも消防車と乗用車が来て50メートルくらい離れたところで止まり、5、6人が降りてきてジェット戦闘機を見ている。

そのとき私ら夫婦の隣にきた男性が「訓練に飛び立つジェット機が、発射装置か何かの故障で爆弾かミサイルを発射