

## コカ・コーラさまからご寄付

北海道コカ・コーラリテール&ベンディング株式会社さまより、昨年12月に飲み物の寄付をいただきました。

今回は「ファンタ ビートルジュース」と「コスタ デイ&リフレッシュ リトルスイートラテ」の2種類です。法人の利用者や職員に配布しました。今年もご寄付ありがとうございました。



## 今月の一句詠む読む

俳句・川柳の投稿はカフェの投稿箱、もしくはEメール info@npo-tomoni.com へ。

詠み人解説

北海道の初詣は行くための強い決意と防寒対策が必要です。今年一年と初詣の帰りの無事を祈ります。

初詣  
吹雪で今年の  
初試練

おみくじは大吉

詠み人解説

寝られない苦しみ。

寝つかない  
思い出すのは  
君のこと

K・Y

詠み人解説

若そうに見える同い年の人も  
きけば結構持病持ちだった。

同い年  
病気の数も  
同い年

山菜採りのおばさん

精神科医 土田正一郎の



## その96 ろうそくの火

ろうそくの火はコップ一杯の水があれば十分消える。火事はコップ一杯の水では消えない。ろうそくの火から大きな火事は起きる。いつ気が付くかということだ。

大きな火事になってから外来に来てもなかなか火は消えない。それは知っておいた方がよい。ついでに言うと小さな火を使って私たちはおいしい食事を食べている。

## 各事業報告～1月20日現在

障がい者就労支援事業所  
ワークショップようてい

契約/B型22人

グループホーム  
よろこび

利用者数 21人 空室1室

K. S. C. Juntos

当事者選手 9人  
サポートスタッフ 2人

- ◆法人会員 正会員18人  
賛助会員 団体6団体 個人47人
- ◆今年度寄付金 のべ56件 4,080,200円
- ◆寄付物品 牛乳パック 着物のり しょうゆ

## 編集後記



昨年末、1971(昭和46)年紅白歌合戦の復元版を観ました。注目は出場歌手への激励電報を司会者が読み上げたところ。電報が電信手段の主役だった時代の話です。昨年NTTが電報を終了の方向で検討したいと表明したニュースがありました。年賀はがき枚数減少もあいまって、加速度的な技術変化の裏で消えゆくものもあるんだなと年の初めに思いました。(かわさき)

通信

ともに

第116号

2025年1月31日発行  
認定NPO法人ともに

住所 〒044-0053  
北海道虻田郡倶知安町北3条西2丁目1-1  
でんわ (0136) 55-5828  
FAX (0136) 55-5829  
Eメール info@npo-tomoni.com

ホームページ <http://www.npo-tomoni.com>

ブログ <http://blog.canpan.info/npotomoni/>

今月の一枚



1月23日、倶知安町富士見橋付近から撮影

冬の夕焼け ニセコアンヌプリ

## 認定NPO法人更新し節目の年

理事長 小林敦子



亡き母手作りの羽子板と

年頭に当たり新年のご挨拶を申し上げます。  
本年から年賀状での年始のご挨拶をやめさせていただきましたが、皆様お元気で佳い年をお迎えでしたでしょうか？  
昨年元旦の能登半島地震、そして9月の集中豪雨で再び被災された方々の事を思う時、当たり前の生活がこんなにもありがたいことなんだと改めて思います。また「明日は我が身」に備えての対策はどうか？事業所内の連絡網だけでなく家族とは大丈夫か？自宅の災害備蓄物資は？と見渡すと・・・大丈夫じゃない！！(皆さんはどうですか？)  
昨年は認定NPO法人の認定を受けて10年が経ち、2回目の更新で3人の道職員を現地確認にお迎えしました。皆様から毎年ご寄付を頂けていることに感謝申し上げます。

昨年の新年のご挨拶を読み返すと、本年もまた同じ気持ちでした。「10年20年後も、ともにの活動が続いている」「次の世代にバトンタッチする事業承継が私の課題」。本年は、荷を軽くして次の人が引継ぎやすい「理事長業務改善」に本気で取り組みます。  
利用者の皆さん、職員の皆さん、近隣地域にお住いの皆さん、障がい者も高齢者も子どももみんなが笑顔で暮らせる住みやすい町になるよう、知恵を出し合い言葉にして繋いでいきましょう。  
本年もあたたかいご支援ご協力をお願い申し上げ新年のご挨拶といたします。

# K.S.C. Juntos サポーターズカップ

12月21日土曜日、札幌市北区体育館で年末恒例のソーシャルフットボールサポーターズカップ2024が開催されました。

今回は道内外から15チームが参加して熱戦を繰り広げました。当法人からは当事者チームK.S.C. Juntosと支援者チームK.S.C. Juntos Unitedの2チームが参加。Juntosは1分3敗でグループ4位、Unitedは2勝2分でグループ2位になり、順位決定戦に進出しました。結果は5位に終わりました。

グループ結果と最終順位は以下をご覧ください。



5位に入ったK.S.C. Juntos United

順位	グループB	い〜やつ〜ら	Safilva	テサフィオ	Juntos	スマイル長野	勝点
1	い〜やつ〜ら		2-2 △	1-0 ○	2-0 ○	3-0 ○	10
2	Safilva	2-2 △		2-1 ○	2-0 ○	3-1 ○	10
3	テサフィオ	1-2 ×	1-2 ×		1-0 ○	7-0 ○	6
4	K.S.C. Juntos	0-2 ×	0-2 ×	0-1 ×		1-1 △	1
5	スマイル長野	0-7 ×	1-3 ×	0-7 ×	1-1 △		1

順位	グループC	医療大	United	セレーノ	REEFふおれ	アリアンサ	勝点
1	日本医科大学ドリームチーム		0-0 △	4-1 ○	1-0 ○	4-0 ○	10
2	Juntos United	2-2 △		1-1 △	7-1 ○	4-0 ○	8
3	セレーノ苦小牧	1-4 ×	1-1 △		1-0 ○	1-0 ○	7
4	REEF&ふおれすと	0-1 ×	0-2 ×	0-1 ×		0-0 △	1
5	だいたいアリアンサ	0-4 ×	0-4 ×	0-1 ×	0-0 △		1

最終順位
優勝 ダーナ (2大会連続)
2位 日本医科大学ドリームチーム
3位 い〜やつ〜ら
4位 Safilva
5位 K.S.C. Juntos United
6位 siren

- ほか参加チーム
- ・ココリカ
  - ・道南ソーシャルフットボール
  - ・サポーターズクラブ
  - ・テサフィオ
  - ・スマイル長野
  - ・K.S.C. JUNTOS
  - ・だいたいアリアンサ
  - ・REEF&ふおれすと
  - ・セレーノ苦小牧

※5チームずつ3グループに分かれてリーグ戦をおこなう。  
 ※上位2チームずつが順位決定戦に進出。  
 ※リーグ戦の勝ち点は勝ち=3点、引き分け=1点、負け=0点。勝ち点で並んだ場合は得失点差で順位を決める。

# シリーズ 気候変動 私たちができること

## ①メンタルと温暖化の気になる関係

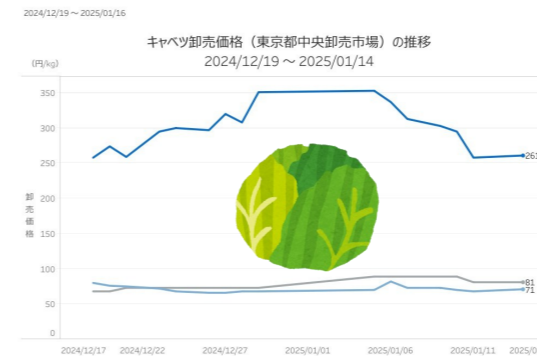
近年、想定外のドカ雪がやってきたり、暴風雪に悩まされたりと、本当に今言われている地球温暖化なの？と思うときがあります。しかしこのドカ雪も暴風雪も温暖化が原因なのだそうです。

このような気候変動、実は私たちの心身や生活にも影響をおよぼすと言われています。3回にわたって温暖化とどう向き合えばよいか考えていきます。

## 冬の寒波 温暖化と関係

近年ドカ雪が多い理由は数多くありますが、その一つは温暖化により大気中の水蒸気が増え、それが局地的に一気に降るからです。暴風雪もこれまで北海道に上陸しなかった寒波が気候変動により日本付近に押し出されることで増えています。ただ一時的な寒暖の激しさはあっても、長い目でみていくと徐々に気温は上がり、雪は減っているのです。

札幌管区気象台の統計では、倶知安町の1月から3月の平均気温が統計の残る1944（昭和19）年から比べて2.4度上昇しています。



農林水産省のウェブサイトより、東京都中央卸売市場の12月～1月のキャベツ卸売価格の推移。平年1キロあたり100円を切っていたのが、今シーズンは300円を超えていることがわかる。

## 影響は食品にも

「キャベツが高い!」「白菜も、ダイコンも!」今シーズンは野菜の値が高騰し、私たちの家計をひっ迫させています。これは愛知県や千葉県など主な産地で昨夏の猛暑と、育ち盛りの12月に少雨だったことが影響しています。

また魚介類も海水温の上昇で変化しています。函館港で親しまれるスルメイカはここ10年で10分の1に激減した一方、北海道で少なかったブリが10年で6倍以上とれたという統計があります。私たちの食文化も影響を受けるのです。

## 温暖化 メンタルに異変

温暖化は夏の猛暑を呼びます。昨年の夏も当法人利用者の不眠や体調不良がありました。気候変動は環境の変化だけでなく、私たちのメンタルにも影響します。

WHO（世界保健機関）は2022年「気候変動とメンタルヘルスに関する政策要綱」を公表しました。それによると気候変動により受ける精神的苦痛でストレスに陥り、睡眠障害やうつなどを発症する可能性が高くなるということです。

また東京大学大学院の橋爪真弘教授ほか研究グループは世界中で心身の健康面を調査し、気候変動は生命の危機にいたる影響を及ぼすことを指摘しています。気候変動が心身の健康面に及ぼす影響は、いまや地球規模での課題と呼んでもよいでしょう。

次回は気候変動とどう向き合えばよいかを考えます。

参考文献・ウェブサイト

- 『Mental health and climate change : policy brief (気候変動とメンタルヘルスに関する政策要綱)』 WHO 2022
- 『気候変動とメンタルヘルス〜こころの健康の維持には、どのような対処が必要か?』 篠原拓也 ニッセイ基礎研究所 2022
- 『クローズアップ現代 熱中症以外にも!?新たなリスク「気候変動関連死」』 NHK 2024年9月10日放送
- 『クローズアップ現代 食卓から消えた魚はどこへ?魚の大移動に迫る世界初の魚の地図』 NHK 2022年10月11日放送
- 『気候異変 第3部・北の大地 四季の姿は』北海道新聞電子版 2024年3月25日

# 障がい者就労支援事業所 ワークショップようてい 19年ぶりの12月の大雪 除雪に追われ

今シーズンは12月に平年を上回る大雪が降りました。早い時期から降り始めるのは19年ぶりのことだそうで、冬の初めから一気に降ったような感じです。住民は毎日のように除雪に追われました。

WSでは月1～2回週末に除雪臨時開所日を設けて除雪作業をおこなっています。1月3日の開所日は年末年始の大雪で、3人の利用者と2人の職員で集めた雪は山のようにになりました。

1月中旬からは3月なみの陽気で除雪の雪がない日が続いています。しかし春になるまでいつ降っても良いように準備は怠りません。



わっくわく周辺を除雪作業。非常階段の雪下ろしも万が一の避難対策として欠かせません。

## 気候変動による影響（一例）



東京大学大学院橋爪真弘教授らの調査、およびWHOの政策要綱をもとに編集者作成