

2014年 3月号  
通巻 145号

発行所  
岩手県盛岡市中央通3丁目8-16  
電話019-651-0810  
FAX019-653-1057  
岩手県同胞生活相談総合センター



3年4か月ぶりに開催された離散家族の出会い

毎月25日発行 0円 同胞生活情報誌 ハナ korea-iwate@ictnet.ne.jp

## 2014年「朝・日友好新春交流会」開催

2月20日、「朝・日友好新春交流会」が盛岡市で開催された。

第1部の講演会は講師に大西るみ子（「北朝鮮地域に残された日本人遺骨の収容と墓参を求める遺族の会」事務局長）さんをお迎えし、遺族の訪朝墓参事業の現状と課題などについてお話いただいた。

遺族ではない大西さんが縁あって関わりを持ち、遺族の切実な思いに胸をうたれボランティアで2年間、大変な苦勞をされその過程で得たものをかたってくれた。それは皮肉にも65年以上の時が経つのに朝鮮が日本人遺骨を丁重に扱いたまた墓参にきた遺族を温かく迎えてくれることと、日本の政府、行政は自国民の遺骨なのに国交がないとの理由で遺族に対して非協力で冷たいとう事実と現実について朝鮮に対する感謝と日本政府に対する憤りをもって語った。遺族の渡航に助成もつけず遺骨の帰還もままならず、唯一日本の政府がしてくれることが「渡航自粛要請」の解除だけだとの事。またご高齢の遺族たちが墓参の宿願を果たせるよう協力してくれた朝鮮と現場の担当者らにいたく感謝している事も知ることが出来た。

続いて崔委員長が「最近の朝鮮半島情勢について」講演した。

第2部の新春交流会では「日朝友好岩手県民会議」小原宣良会長と崔成守県本部委員長の挨拶の後、矢吹一枝県民会議副会長の音頭で乾杯し、講演の感想などを語りながら懇親を深めた。



## 東京朝鮮第3初級学校 学芸会

東京朝鮮第3初級学校の学芸会が2月22日、東京・練馬区文化センターにて行われた。

同校に通う崔慧琳（初6）さん、順慧さん姉妹が澆刺とした姿で

舞台を駆けまわり、歌に、舞踊に、演奏にと大いに活躍した。

初級部最後の学芸会となる慧琳さんは「思い出に残るように全力で悔いのないようがんばった。」と感想を語った。

順慧さんも精一杯がんばり練習の成果を披露した。



## いもじょも掲示板

### ■ ウリウネンの日 一日感謝 DAY

日時：3月17日（月） 午後4：00～

場所：メトロポリタンニューウイング

△ウリ信出張所移転記念講演

「聞いて得する消費増税への対策」

講師：北川和宏税理士

△懇親会

※詳しくはウリ信に問い合わせください。

### ■ 東京朝鮮第3初級学校卒業式

日時：3月23日（日）10：00～

場所：東京朝鮮第3初級学校 講堂

※崔慧琳さんの卒業式

### ■ 同胞ゴルフコンペ（県南会主催）

日時：3月25日（火）9：30集合10：00～

場所：盛岡南GC

参加費：3,000円

ビジター 5380円（セルフ）

締切：3月14日

連絡先：李秀孝 090-2274-2825

※当日、食堂・風呂の営業がありませんが、おにぎりは準備します。

盛岡、東部の同胞愛好家の方も是非参加してください。

### ■ 県南会歳祝い

日時：3月25日（火）18：30～

場所：渡り温泉 別亭 楓（カエデ）

花巻市湯口字佐野 21-8 電話 0198-25-2110

会費：14000円（税込）※県南会会員は別途

締切：3月14日

連絡先：李秀孝 090-2274-2825

※陳光栄さんの厄払いの会です。

参加希望の方はご連絡ください。

## ドクターカンの 健康講座



### 第134回 『肥満』

肥満とは脂肪が多すぎる状態をいいます。この脂肪には、皮膚のすぐ下についている皮下脂肪と、内臓の間を埋めるようにについている内臓脂肪があるということは皆さんすでに承知です。では肥満かどうかは何で判断しますか。これも皆さんすでに健康診断などで承知ですね。身長と体重から計算するBMIの数値で判定します。

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重(Kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$$

が25以上が肥満で、治療が必要な肥満を肥満症といいます。

BMI 25以上は身長150cmの人では56Kg以上、160cmの人では64Kg以上、170cmの人では72Kg以上ですので皆さんはどうですか。

特に注意が必要なのは内臓脂肪型肥満ですが、では内臓脂肪はどういう方法で調べますか。正確にはCT検査で調べますが簡単な方法では腹囲を測ることでわかります。男性は85cm以上、女性では90cm以上の場合は内臓脂肪型肥満の危険性が高くなります。運動不足や食べ過ぎなどの生活習慣の影響を受けやすい脂肪は「すぐつきやすい」という性質があります。では「すぐとれやすい」と思いますか。「内臓の脂肪だからとれにくい」と思うのが一般ですが実はとれやすいのも特徴です。意外ですか。ウォーキングや腹八分で確実に減ってきますので是非トライして下さい。やっと春が近づいてきました。冬に貯め込んだ内臓脂肪を少し分解させましょう。とりあえず歩いて美味しい空気を吸いましょうか。

（協力：幸クリニック院長 姜幸一先生）

### 東日本大震災3周年東北地方同胞の集い

東日本大震災3周年に際して大震災により犠牲になられた同胞を悼み、今も大変な思いをしている被災同胞を励ます集いが行われます。

昨年に続き主な被災地である岩手、宮城、福島、茨城の各県の同胞たちが一堂に集まり合同で開催されます。多くの同胞の参加を呼び掛けます。

日時：3月11日（火）12:30集合 13:00開始

場所：東北朝鮮初中級学校 食堂