

# こころる便り

第240号

令和2年3月

〒679-4343  
兵庫県たつの市新宮町大屋六六ハ一十二  
株式会社新宮運送グループ  
代表/木南 一志  
kminami@shingu.co.jp  
電話 079-1-75-1212



新宮運送ホームページ

## 大切なことを

### どこまでも大切に

中国発信の新型コロナウイルスが蔓延し始めました。アジア諸国にとどまらず全世界に広がりを見せています。相手は見えないウイルスのうえに治療法も確認方法もないのですから、どんなに偉い人であつても、高名なお医者さんであつても答はわかりません。しかし、ハッキリしていることはあるはずで、日本政府の対応もいろんな批判はできるでしょうが、起きてしまったことを終わった後でいくら後悔しても元に戻すことはできません。

SARSや新型インフルエンザも発症当初は対応がわからずに右往左往しましたが、現在は少し知識が増えて患者の私たちも対応もできるようになりました。インフルエンザは、熱が出たらお医者さんで検査キットを使って判断してもらい、24時間以内に治療薬を服用すれば熱が下がるというルールも出来上がりました。

罹患されている方には不躰で申し訳ないことですが、この機会に考えてみたいことがあります。日頃どのようなことを大切にしているかという事です。健康上のことや病気のみならず、仕事の上で、生活の中で物事がうまくいかなかったときに自分なりに反省して、これからはこれだけは実行しようと誓うことがあると思います。これが大切だということやハッキリさせてはいるのですが、つい、また忘れて、同じような失敗を

繰り返してしまふものです。大切にすべきことをどこまでも大切にすることを、簡単にできそうにみえて、それを続けていくことは難しいものです。今回の新型コロナウイルスの対策として最初に出てきたのは、手洗い、うがいの励行と自分の体の免疫力を高めるということです。実は、やるべきことで大切なのは基本でしかないということなんです。私もガンの手術を経験して、体が冷えることはよくないという実感を得ました。免疫力が下がると病気になるなかつた体もすぐに病魔に侵されていくことになりました。

免疫力を上げるために大切なことは、高価な食事でも高いサプリメントでもありません。単純に笑うことであつたり、体を温泉で温めたりということ、しっかりと噛んで食べるということなど誰もが子供のころから知っている簡単なことばかりなのです。

それですべてが解決するかというと、そう簡単なことではありませんが、実行している人にとつては難しいことではないのです。

仕事の上で、周りの人とうまくいかないとかコミュニケーションが取れにくいとか、現実の問題はたくさんあることでしょう。自分は大切なことをどこまでも大切にしているか、考えてみるいい機会かもしれせん。

被災地にこころを寄せながら

木南 一志 拜

## 尋常小學校修身書 卷六 兒童用

### 第二課 國運の發展 (つづき)

始めて東京横濱間に鐵道がしかれてから六十年たつただけですが、今日では何處へ行くにも汽車を利用することが出来ます。又始めて汽船を見て驚いたのは八十年程前ですが、今日の我が國は、汽船の數では英・米二國の次に位してゐます。明治以前には通信は専ら飛脚によつたので、ずるぶん不便でしたが、現今では何處にも郵便や電信・電話の設があつて、非常に便利に通信が出来るやうになりました。

昔は、護國の任に當つたのは武士だけでしたが、明治になつて徴兵令がしかれてから、國民は皆兵役について我が國を護ることになりました。それがために陸海軍の備が十分整つて、明治二十七八年・同三十七八年の兩戰役には、國威を世界に輝かすことが出来ました。

我が國は、徳川幕府が久しい間外國と交通することを禁じてゐたので、明治以前には餘程世界の大勢に後れてゐました。それがため、外國と交際を開いた時には、大そう不利益な條約を結び、その後長らく苦しみました。

しかし國民はよくこれに耐へ、力を合はせて國の繁榮をはかつた結果、遂に外國も我が實力を認めたので、我が國は條約を改正することが出来て、外國と對等に交際することになりました。(第二課 おわり)

NPO法人 愛ランド様の協力で障害を持つ皆さんが宛名貼り、封入作業をしてお届けさせて頂いていただいております。