

痩身に王道なし!

健康食品が悪いのか、使用者が悪いのか？
いつの時代も尽きないダイエット願望

中国製健康食品による死者や体調不良を訴えている人が続出した。京都市でもおよそ40人を越える被害者が出た。かく言う筆者もかなりのサプリメント好き。アミノ酸系サプリメント、松葉、各種ビタミン、食物繊維、プロテインなど、過去に摂取した種類は数知れず。挙げ句の果てはトナリンを米国から個人輸入をしたこともある。その主な理由はダイエット。かつて体脂肪が異常なほどはね上がり、成人病の恐れがあったのがきっかけだった。しかし、行き着いたのは日々の栄養管理と運動。豆腐や豆、野菜、オリーブ油を中心とした食事と、毎日のウォーキングで1年の間に体脂肪を10%落とすことに成功した。

そこで結論。栄養管理もせず、薬やサプリメントだけで簡単に痩せようと思うのが間違い! 「簡単に痩せられる」「無理せずダイエット」という言葉に惑わされず、まず「サプリメントだけで痩せることはできない」と心すべし。体型よりも健康こそが宝だよ。



私はムーンウォーキングで白くなりました!!

いまだきよの歴史

一番新しい日本のページ

日本語を強要!?

日本語を話せない外国人は入居不可!
滋賀県が定めた実にアナクロな入居要領

あなたは
不法滞在だからダメ



もう1年いっとく??

滋賀県が定める県営住宅への入居要領の中に、日本語を話せない外国人を事実上 締め出す内容があり、在日外国人を支援するNPOから批判の声が上がっている。

申し込み資格を認める外国人は「日本に滞在できる残り期間が1年以上」「在日期間が6か月以上」「自治会へ加入できる」などに加え、「日本語が日常の会話などにおいて支障のないこと」としている。主たる理由は「近隣住民と意思疎通がうまく行かず、トラブルが起きているという苦情が多いため」だとか。

この規定、日本人の思い上がりもはなはだしい。日本語は英語やスペイン語よりもはるかに習得が難しいし、日本だけで通用する少数民族の言語だ。これを強要するのは、旧態然とした帝国主義のようなもの。今、筆者はイスラエルに外国人として住んでいるが、同じことがこの国で起これば、おおいに幻滅することだろう。景気低迷が著しい日本。多くの日本人が外国に出稼ぎに出る時代も、そう遠くはないというのが筆者の持論。そんな時、同じ処遇を受けたらどう感じる? これ以上恥をさらす前に、一刻も早く改正すべし。

読み取り装置の需要増加!?



二千円すらまだ使えないのが多いじゃないか!!

ネガティブな新札

偽造防止対策には期待できるんだけど
景気刺激効果、肖像のインパクトは...

2004年度から千円札、5千円札、1万円札のデザイン刷新が決定した。主な目的は偽造防止。新紙幣のデザインには野口英世、樋口一葉、福沢諭吉(図柄変更のみ)が採用され、最新の偽造防止技術を取り入れるそうだ。また、政府は「新紙幣読み取り装置の切り替えなどで、需要が生じ、景気刺激効果も期待できる」とコメントした。

まあ、紙幣読み取り装置などの生産にかかわる企業なら業績アップが見込めるが、それは数ある企業のほんの一部。逆に、余計な支出を迫られる企業や団体が多いのでは? 例えば京都市営地下鉄。2本の蛍光灯の片方を消すなどして経費削減をしているというのに、新たな支出を強いるというのか。そして、新たな肖像のインパクトもはっきり言って弱い! いかにも周囲の風当たりを気にして選んだかがうかがえる(福沢諭吉だけは別だが...)。新紙幣発行の動機といい、肖像といい、ネガティブ臭がプンプン。これで景気刺激できるってか?



文◎大塚 祐希

1200年の古都・京都から、突然5000年前の超古都・イスラエルに渡り情報を発信中。一步距離を置いたところから今の日本、そして京都の今を見つめ、未来を切り開くことができるか? ウェブサイトは <http://www1.ocn.ne.jp/tsukapon/>



イラスト◎両口 和史

1967年京都市生まれ。京都精華大学美術学部卒業。北山のオフィスにて様々なキャラクターやイラスト制作をおこなうユニット「キョトル・イラストレーション」のチーフ。猫、フランス車、家具、雑貨、レコード、本、おもちゃ、平日の公園、それらがイラストを構成するエッセンスである。HP◎<http://www.d1.dion.ne.jp/ryoguchi>