

『一生懸命』幻の新座市議会報告第219弾!



たかむらともや

16年前の日記

6時過ぎひばりヶ丘。よしのり議員の駅立ちを勉強しようと5時起きし、畑中から自転車を走らせる。中央公民館の近くで、五中時代の教え子とばったり。『ひでき!』『あつたかヤン!』何年ぶりの再会だろう……。ひできは五中の最後の卒業生だ。

ひばりヶ丘につくと、階段の下によしのり議員が立っていた。スーツにネクタイ、手には県議会報告を持って……。大きな写真が両サイドに置いてあるのにはびっくりした。『おはようございまーす!見学させてください!』『おはようございまーす!どうぞ、どうぞ……』僕は暫く、よしのり議員と話をしながら彼の”駅立ち”を見ていた。

「おはようございます!」『あれ、おはよう正義』六中のテニス部の子が元気に通っていった。「あれ、おはようございます」「おーっ、こす!」五中のテニス部の子も出勤だ。「議会報告ないの?」後ろからポンと肩をたたかれる……。加藤先生だ!「ありますよ。ちょっと待ってください。」とバックパックの中から議会報告を取り出した。

よしのり議員に聞くと、6時から8時の間に大体1000部の県議会レポートを渡すことができるのだそうだ。僕は1000部と聞いて絶句。『桁が違うよ……』

6時45分。見学を終了し、東久留米駅へ。

僕はいつものようにジャージに帽子。これでいいのかいな……。超ドキドキである。教壇に立つのよりも、議場で立つのよりも緊張する。『おはようございます!』『新座市議会報告です!』と笑顔でというのが精一杯。(16年前の5月22日の日記)から。これが僕の最初の駅立ちでした。

東久留米が初めての駅立ちだったんですね。13歳だった中学生が29歳の大人になっちゃった。そんな16年でした。



2022年10月31日発行



16年間、ずっとこんな格好で駅立ちをしています。志木駅南口(平松大佑撮影)



たかやんのプロフィール



本名たかむらともや
東京青山生まれ。
新宿区百人町4丁目の公務員宿舎で育つ。父新太郎は陸軍少尉としてビルマ戦線へ。その後、厚生省、労働省中央労働委員会を経て富山県・茨城県労働基準局長に。大正生まれの軍隊上がりの厳しい父親に育てられたのだが、何故か近所で有名な超悪ガキに……

そんな悪ガキを救ってくれたのが、小中学校の先生達だった。小学校1・2・3年の担任だった向後美佐子、中学校2・3年の担任だった河合隆慶に愛され、二人に憧れて大学3年の時、突然教師を目指す。

写真は平松大佑県議。彼もまた志木駅南口で議会レポートを1回で1000部配付する駅立ちのバケモノ。しかもイケメン。

僕はどんなに頑張ってもひばりが丘で900部、志木駅では300部が最高記録。彼らの足元にも及ばないのです。



たかやんの連絡先

自宅・塾

042-456-8869

携帯 090-6497-5737

takayanchan@outlook.jp

〒352-0033 新座市石神3-19-32-106

筋トシの話

最近、7秒スクワットにハマっています。家では勿論、ジムでも7秒スクワットの方法でトレーニングをしているのです。この方法で「血糖値」がかなり下がるようになりました。

実は筋トシをすると、筋肉から凄いホルモンが出るのです。そのホルモンの総称は「マイオカイン」。

そのマイオカインは30種類以上もあるのですが、中には大腸がんのガン細胞を自殺させる働きがあるものや、肥満や糖尿を抑える働きがあったり、

肝臓で脂肪を分解して脂肪肝を改善するものもあります。

アディポネクチンというホルモンは動脈硬化を防いだり、糖尿病を防ぐ効用があり、動物実験では海馬に新たな神経が増えることが分かっています。

ハーバード大の研究チームはアイリシンというホルモンに注目しました。

筋肉から分泌されたアイリシンが脳に入ると認知機能が改善するというのです。要するに筋トシによって筋肉から出てくるマイオカインは脳、肝臓、大腸、神経、血管に様々ないい影響を与えることが分かってきたのです。

これを教えてくれたのは六中赤ジャージの正人。(石神にあるLibra整骨院の院長) 人生筋トシが大事ってことです。この7秒スクワットのお陰で数値がどんどん改善しています。次回の検査が今から楽しみです！

1日5回 ダブルスクワット 薬に頼らず 自力で下げる 血糖値がみるみる下がる！

7秒スクワット みるみる下がる！ 薬に頼らず ヘモグロビンA1cが下がる！

NHK「ガッテン」で話題 糖尿病臨床医の新メソッド 改善率85%以上！

読書の秋



暑い夏が終わって、僕が大好きな秋になりました。「読書の秋」です。

パソコンやスマホを見ている時間があつたら、本を読みたい。そんな気分になる季節が好きです。最近読んでシヨックを受けたのがこの2冊です。

「農業消滅」農業を犠牲にした貿易自由化。種子法廃止・種苗法改定、改革という名の農協解体・・・自民党の農業政策は世界に逆行している。安全保障の要としての国家戦略が欠如している。危険な農薬、ホルモン、GM・・・

危ない食糧は日本向けという事実。読めば読むほど日本の未来が心配になります。是非読んで欲しい本です。

そして「日米合同委員会の研究」日米合同委員会という日本のエリート官僚と在日米軍の高級軍人からなる組織が何十年にもわたって隔週の木曜日に都心の米軍施設や外務省の密室で、日米地位協定の解釈や運用について人知れず競技を重ね、米軍(米国)の特権を維持するために数知れぬ秘密の合意=密約を生み出している。しかも、それらの密約は日本国憲法にもとづく日本の国内法を無視して、米国に治外法権に等しい特権を与えている。

(本文から)日本の空は完全に米軍が握っていて日本に主権はありません。

ここに来て、突然の防衛費激増の話も多分、この委員会から出たものなのでしょう。恐ろしい委員会です。

