

# 風 富田守男

ファイナル (現場) からの

参議院選挙での報道が毎日続くが、投票日が3連休中日で投票をためらうとの声が聞えてくる。夏休み期間中でもあり親の選挙に対する行動を身近に見た

子供たちへの選挙に対する今後の行動にどう影響するのか心配になる。

「親の背中を見て子は育つ」の考え方が遠ざかるのだと実感する。

日本で初めての選挙と言われるのは、諸官庁の官人約400人が6名の太政官の最高正官として官職、参議を任命するために731年に行われたと記録に残されている。まさに歴史的「参議選」だが、選挙での官人選びはこの一度きりだった。

戦後の憲法の制定時「参議院」の名は古

臭いとの批判を、当時の金森徳次郎憲法担当相は「古くから尊重され、知恵を出して議会の働きを達成するのを示すのにいい」として

「国民の世論の成熟と議会の議決とができるだけ一致するようにす

## 猛暑では30分以内の昼寝が効果的だ

るのが参院の役目」だとした。だが現在は衆院と議決が一致すれば無用、異なれば有害と参院の存在価値が問われてしまう。原点に戻って私たち国民の成熟が求められているの

だろう。まずは政党や

立候補者の声に関心を持つことから始めようではないか。

連日の猛暑、日本を取り巻く海洋と大気の特徴は平年より北を流れやすい上空の偏西風、平年に比べ北側で強い上空にあるチベッ

ト高気圧、北への張り出しが強い太平洋高気圧、海面水温が平年より高い、積乱雲の発生が多い、との情報は現在の猛暑の原因なのだろう。

夏の季語に「昼寝を意味する「三尺寝」は



梅雨入りとともに咲き始め花が頂上に達すると梅雨が明けると言われるタチアオイ、別名梅雨菜だが今年の梅雨明けはまだだと言いたげな花の表情だ

昔、大工や職人が三尺(約90センチ)ほどの狭い場所でも寝るからとも暑いな夏の夜は寝苦しく体力も落ちるため日

中、しばしの眠りで元気を回復するため昼寝が生活の一部となっていたのだろう。厚生労働省の健康づくりのた

めの睡眠ガイド2023には昼寝は30分以内なら、浅い睡眠から覚醒するので目覚めも良く、作業効率が高まると昼寝の効用を示している。だが30分以上になると深睡眠が出現し、ミスや事故の誘因となり。時以降の昼寝は、夜の睡眠に影響し、寝つきを悪くすると情報発信している。健康づくりのために、これから春や秋の季節感が無い2季(夏・冬)気候への大切な知恵となるに違いない。

(信州地域社会フォーラム会員・白馬村森上)