



授業参観での崔順慧(初2)ちゃん

被災地だより-復興への歩み

■大槌・河元一さんが「仮設店舗」にて店の再開を準備している。大槌町が計画した「仮設店舗」はすでに完成し本人に引き渡され、保健所の検査も終了。準備が済み次第、12月7日に開店となりそうだ。

屋号は従来どおり焼肉『食道園』。

■釜石・咸民子、明姫さんたちも「仮設店舗」にて店の再開を準備している。場所は釜石駅にほど近い電気、薬などの量販店に隣接した比較的に好立地といえる。開店は12月23日ごろを予定しているが、いかんせん工事業者の手配が大変で流動的とのこと。

屋号は焼肉『牛牛』。

■釜石・朴克己さんも12月10日ごろの開店に向け準備を急いでいる。朴さんは被災した元の店舗で再開する。

屋号は焼肉『モランボン』。

■大船渡・高浩映さんは赤崎地区に店舗を建築中。浸水地域ではあるが意を決して新店出店に踏み切り7月から資金問題から様々な問題を一つ一つクリアしながら準備をしてきた。年内25日ごろの開店を予定。

屋号は焼肉『BeeBee』。

■大船渡・張教男さんが『復興屋台村』に出店予定。盛小学校の仮設住宅に入居し9月から仮設店舗の準備を行ってきた。

屋号は『老上海』で中華料理とのこと。

※被災同胞たちは生活基盤の再構築のため懸命に頑張っています。

日に日に寒さが厳しくなります。あらゆる悪条件のなか年の瀬を迎える被災同胞をみんなで応援しましょう！

ハッキョだより

■「中等教育実施60周年」記念中央大会が10月28日、東京朝鮮文化会館にて行われた。記念式典の後、記念公演が行われた。公演では民族教育65年の歴史を映像と朗読で綴る演目に崔慧瑛(高2)さんが出演し「大役」を見事に果たした。■11月12日、崔慧瑛(高2)さんが通う、東京朝鮮中高級学校創立65周年記念行事が行われた。午前「公開授業」、午後「記念式典」と「記念公演」が行われた。

■また同じ日、張侑那(初4)さん、愛那(初1)さん埼玉朝鮮初中級学校の授業参観も行われ、侑那さん、愛那さんも初めてのウリハッキョでの公開授業を体験した。

■11月13日、崔慧琳(初4)、順慧(初2)姉妹が通う東京朝鮮第3初級学校の公開授業が行われた。慧琳さんは先生の質問に元気に答えていた。■11月23日、東北朝鮮初中級学校の学芸会「ウリチャラン」が行われ、寄宿舎を利用している子供たちは全国の同胞たちから寄せられた支援に応えようと健気がんばっていた。

茨城朝高から卒業生らが応援に駆け付けたのをはじめ、東京からも崔慧瑛、崔慧琳さんらが遠路はるばるかけつけて後輩と同級生たちにエールを送った。また解体された校舎跡地を複雑な思いで眺めていた。いま東北ハッキョは復興に向けた校舎新築事業が始まろうとしており、同胞、卒業生たちに協力を求めている。



いもじょも掲示板

■ 県南支部情勢講演会

日時：12月7日（水）午後5時～

場所：北上市生涯学習センター 3F 小会議室

■ 「県南会」忘年会

日時：12月7日（水）午後6時30分～

場所：「韓厨房」

■ 盛岡支部 忘年会・ボーリング大会

日時：12月8日（木）午後5時30分～

場所：17:30～ボーリング 盛岡スーパーレーン
19:30～忘年会 明月館

会費：3500円（飲食費・ボーリング代込）

*貸靴代は各自清算です。

締切：12月1日（651-0810 担当：姜）

■ 盛岡支部 2012 年度新春講演会

・新年会・成人祝賀会

日時：1月6日（金）12：30～

① 新春講演会 12：30～

場所：本部会館 3F

② 新年会・成人祝賀会

場所：明月館

会費：5,000円（学生・子供は無料です。）

締切：12月25日（651-0810 担当：姜）

「高校無償化」 日本市民が集会、1400 余人が集結

「朝鮮学校に教育保障を！ 12.3全国集会 もう待てない『高校無償化』」が3日、東京・大田区民ホールで行われた。集会には327団体が賛同、同胞と学生、区議会議員、日本市民ら1400余人が参加した。集会ではまず、主催者を代表して「連絡会」事務局長の長谷川和男さんと共催者を代表して「フォーラム平和・人権・環境」代表の福島真劫さんがあいさつをした。前回に続き、南朝鮮からも支持者が駆けつけ壇上に上がった。「モンダンヨンピル」代表の権海孝さん（俳優）は、「朝鮮学校の問題は過去の問題ではなく、私たちの未来に対する問題である」としながら、「無償化」運動は日本をより良い社会に築くための運動であると述べた。「朝鮮学校の生徒たちは、日朝、日韓、南北をつなぐ希望。最後まで共に朝鮮学校を支援していこう」と語った。バンド・ウリナラは、「ウリハッキョ」「赤とんぼ」などを歌い、激励のエールを送った。集会では、東京朝鮮中高級学校の金崇浩さん（高3）、同校保護者の洪竜守さん、弁護団代表らが発言した。集会では、▼朝鮮高校に「無償化」即時適用を求め▼国境を越えた連帯を目指し▼差別の歴史を断ち切り、人権の保障を日本政府に訴える決議案が参加者らによって採択された。また、「無償化」実現まで共にたたかい抜き、朝高生たちの裁判を支えることなどの行動提起が行われた。集会は、参加者らによる「朝露」「リムジン河」の合唱で締めくくられた。

ドクター カンの健康講座



第106回 『一日15分の運動』

台湾で数十万人の大規模な対象で実施された研究の結果です。

過去1ヶ月に行った運動を尋ね死亡との関連性を追跡しました。

軽い運動（ウォーキング程度）、中等度の運動（速めのウォーキング）、速い運動（ランニング）に分け、更に継続時間を積算し不活発群、低活動群、中活動群、高活動群、超高活動群に分類しました。

追跡期間は8年とのことです。不活発群を参照し死亡率の低下を求めたところ、1日15分程度の運動に相当する低活動群でも死亡率が14%低下したとの結果でした。同様に中活動群では20%、高活動群では29%、超高活動群では35%と、よく運動するほど死亡リスクが低下する結果でした。

1日15分程度でも効果があるんですよ。

ですが賢明な皆さんはすぐピーンと感じたはずですよ。

運動以上に大事な事があると。

そうです。日常生活習慣がより重要ですね。食事（バランスよく腹8分目）、タバコ（女性は男性より心臓死が多くなる）、アルコール（少量は健康にはよいが）に注意することが大事です。

早いものでもう12月です。皆さんインフルエンザワクチンを受けましたか。年輩の方は肺炎球菌ワクチンもおすすめです。

寒い冬にならなければいいのですが。部屋にこもらず少し身体を動かしましょう。

（協力：幸クリニック院長 姜幸一先生）

朝鮮料理教室

11月23日、第14回目の朝鮮料理教室が開かれた。東日本大震災の影響で春の教室が開催できず、ちょうど一年ぶりに開催となった。

初めに、日本の友人の方々が被災同胞の為、カンパを募ってくれたことに感謝を申し上げ、被災同胞の再出発状況、全壊したハッキョ建設への動きなどを説明した。今回は、巷で人気の『スンドゥブチゲ』に挑戦。《黒一点》下川原弘志さんが初参加。けっこう手際よく、これからも参加すること。試食では「おいしい」

、「そちらの出来はどうか？」「味見をしなくちゃ！」と皆さん、作るより試食のほうが楽しみなようです。来春の開催を約束して散会した。

