



いつも以上に考える夏に

朝日新聞さいたま総局長 山浦 正敬

参院選終盤の7月8日、街頭で演説していた安倍晋三元首相が男に手銃で殺害され、衝撃が世界を駆け巡りました。

「アベさんが撃たれた」知事が口にした。アベさんって誰？ 元首相と知らされた時、まさかと体が震えました。

大きな出来事が起きた時、人はどこで何をしていたかを覚えているものではない。11年前の東日本大震災が起きた時は、朝日新聞東京本社ビルで、長く繰り返す横揺れに身を任せました。

その瞬間、私自身は埼玉県野球場にいました。朝日新聞社主催の夏の高校野球埼玉大会の開会式に臨むため、銃撃の瞬間はあいさつのため演壇に立った時だったようです。

27年前の阪神大震災は取材先に向かう車の中でした。同じ年の地下鉄サリン事件

は、早朝の事件取材を終えて、喫茶店で軽い朝食を食べていました。

いずれもすぐに取材に転じました。現場から離れていても、何を伝えるかの判断力が問われます。

朝日新聞社には現場から目をそらした歴史があります。第2次世界大戦で戦争を賛賛する報道をしたのです。反省が戦後の出発点です。世界平和や暴力の排除などをうたっています。

戦後77回目の夏。元首相が街頭で銃殺され、ロシアのウクライナ侵攻で多くの命が失われ続けています。いま何をしています、何をすべきか。いつも以上に考えさせられます。

「超速」車いすランナーの秘密



朝日新聞論説委員 西山 良太郎

はや1年たったかと、暦を見て東京五輪・パラリンピックの記憶がよみがえりました。なかでもパラ大会・陸上男子車いすのマルセル・フグ選手（スイス）の姿は今も鮮烈です。

800、1500、5000メートルとマラソンの4種目に出場。すべて金メダルを獲得しました。第一人者にふさわしい、圧倒的なまでの速さと強さでした。

4人兄弟の末っ子として生まれ、脊髄に先天的な問題があり、車いすで育ちま

した。興味深いのはここからの環境です。10歳でジュニアのレースに参加。そこでコーチと出会い、才能を見いだされて国立のスポーツ学校へ進学。本格的トレーニングを積みました。

スイスの教育制度は州ごとに違いますが、憲法でスポーツ教育が奨励され、国立の専門校があります。フグ選手の学校では仲間にならないうちから競技の取り組みやプロ選手へのキャリア形成など多くを学んだそうです。

パラ選手を認め、受け入れる土壌を感じます。運動や身体能力で五輪選手を凌駕するパラ選手は珍しくありません。日常的に超えるべき壁が数多くあるからでしょう。例えば視覚障害があっても、補うように聴力や認知能力に秀でた選手が数多くいます。

かつて取材した韓国の国立スポーツセンターでは、一般の障害者にも開放。各種の医科学データを計測し、その人に合う競技を紹介する活動に感心しました。

国内の環境は、練習場の確保や指導者育成など発展途上ですが、その整備と研究からは健常者が学ぶことも多いように思います。

ナンバープレース

難易度 ★★☆☆(中級)

1~9の数字を白マスに入れて、表を完成させてください。二重線で囲まれたマスの値を足した数が答えです。

2			5	9	
1	4		2	3	
		7		1	
		7	9		
3	9			7	4
		1	6		
	6			3	
1		2		4	9
5		8			1

解き方

- ①タテ、ヨコのすべての列と、太線で囲まれた3x3のブロックに、それぞれ1から9までのすべての数字が一つずつ入ります。
- ②すでにある数字をヒントに、1から9までの数字で白マスを埋めていきます。
- ③タテ、ヨコの列と、3x3のブロックに同じ数字は重複して入りません。

答え + =

前回の答え◇ナンバープレース 7 (5+2)

パズル製作:マジックスタジオ (http://www.magic-studio.jp/)

漢字ぐるぐるパズル

難易度 ★★☆☆(中級)

リストの漢字を白マスに入れて漢字しりとりを完成させてください。リストに残った四つの漢字でできる熟語が答えです。

→	彼岸	模			楽		
	天	望		時	奏	大	
		代		務			
	生	事	習		内	線	級
				魚	刀		
	理	天	訓	災		辞	
				滅		麗	塩
	味			月	進		曜

リスト

会 観 句 事 森 中 日 万 料
家 間 曲 子 食 象 点 防 楽
学 器 国 秋 水 調 歩 羅
外 気 行 室 人 長 美 様 練

答え

前回の答え◇漢字ぐるぐるパズル 発汗作用

パズル製作:マジックスタジオ (http://www.magic-studio.jp/)

→	井	戸	水	蒸	気	化	熱	波
	路	樹	高	校	野	球	技	長
	街	楽	家	族	旅	行	場	期
	心	音	売	上	金	事	外	予
	中	雨	販	鉢	魚	業	国	報
	本	星	信	通	食	主	人	知
	日	流	気	昇	上	地	心	器
	明	文	質	物	屋	店	販	量

7月号の答え

発汗作用

7	4	3	8	1	5	9	2	6
8	1	2	3	9	6	4	7	5
9	6	5	4	7	2	8	3	1
5	8	4	6	3	9	7	1	2
6	2	7	1	4	8	3	5	9
1	3	9	2	5	7	6	4	8
3	5	6	9	2	4	1	8	7
4	7	8	5	6	1	2	9	3
2	9	1	7	8	3	5	6	4

答え + =

今月のおすすめメニュー

Cooking

チョレギサラダ

1人分128kcal 塩分0.8g >5分



●材料(2人分)
レタス.....3枚(80g)
カイワレダイコン...1/4ハック
鰻ノリ.....8枚
④ ニンク(すしおろし) 1/4斤分
ゴマ油.....大さじ2
酢.....小さじ1
塩.....小さじ1/4


【作り方】
①レタスは一口大にちぎる。カイワレダイコンは根元を切る。鰻ノリは小さめにちぎる。
②ボウルに①を入れて混ぜ、レタスとカイワレダイコンを加えてあえる。鰻ノリを加えてさっとあえる。

料理・市瀬悦子 撮影・木村拓

Cooking

ゴーヤーとソーセージのバターコーン炒め

1人分198kcal 塩分1.1g >10分



●材料(2人分)
ゴーヤー.....1/2本
ソーセージ.....4本
バター.....10g
トウモロコシ.....1/2本
オリーブ油.....小さじ1
塩.....適量
コショウ.....少々

【作り方】
①ゴーヤーは縦半分に切ってわたと種を取り、厚さ5mmの半月切りにする。塩小さじ1/4をまぶして5分おく。さっと洗って水けをきる。ソーセージは斜め薄切りにする。トウモロコシは包丁で実をそく。
②フライパンにオリーブ油を中火で熱し、①を3分炒める。バターと塩少々、コショウを加えてさっと炒める。

料理・市瀬悦子 撮影・木村拓

日頃のご愛読
誠にありがとうございます
ございます。



ASA
流山南部
ASA
流山

