



# 市原市にも起こり得る 熱海と同様な土砂災害...

市原市議会議員 **ますも誠二**

ひまつぶし  
ますも誠二 月刊広報誌  
Vol.74



市原市議会議員  
**ますも誠二**

今年、7月3日静岡県熱海市において、大規模な土石流により23人も尊い命が奪われ、発生から2ヶ月以上たった今でも行方不明の方がいる現状です。犠牲になられた方々のご冥福をお祈り申し上げますとともに、被災された方々へお見舞い申し上げ、1日も早い現地の復旧と心の復興を切にお祈り申し上げます。この大規模な土石流災害は**500mm**にも及ぶ**長雨蓄積型天候**が要因なのか、または、**産廃物が混ざり、届出の1.5倍もの不適切な「盛り土」という人的要因**なのか、さらには**適切な指導、監督ができなかった行政責任はないのか、調査中**です。

今回の災害では、不適切な盛り土が引き金になった事は、おおよそ推測されていますが、その災害を助長する因子となつたのは集中的な「雨」です。ほぼ3日間連続した雨でした。その72時間降雨量は408mm、この地域では1976年以降の72時間降雨量としては2番目に大きな値との事。

しかし、72時間の降雨量の一方で、1時間の降雨量としては大した事ありません。最も強かったのは3日10時の27mm

で、土石流が発生した時刻は3日10~11時頃ですので、一連の降雨の中ではピークとなった降雨量が観測された直後の発生でした。ただし、1時間27mmというのは気象庁の言葉では「強い雨」ではありませんが、記録的な1時間降雨量ではないという事です。

つまり、この程度の雨は、本市においても普通にあり得るという事です。

先月9日発表された「気候変動に関する政府間パネル（IPCC）」によると、地球温暖化がさらに進む事と同時に熱帯性暴風雨が発生し、今後、国内の集中的豪雨による災害の発生が問題視されています。

国内では、1時間に50mm以上の非常に激しい雨が降る頻度は、直近10年で実に1.4倍に増加。首都直下地震の発生確率を「**今後30年以内に70%**」と言われる中、豪雨災害の起きる確率は、「**1年以内に100%**」と言われています。

また、最近耳にされると思いますが、線状降水帯と云って、次々と発生する積乱雲が带状に連なり、集中的な雨が

長時間または、数日間降り続くというものです。これもさらに多くなる事が科学的に明らかになっています。

この熱海の土砂災害を契機に、長年に渡り本市に運び込まれた盛り土に関し徹底的な実態調査を考へるべきではないでしょうか。

この熱海の災害事案は、事業者が申告なしに盛り土を行っていたことや、その盛り土には産廃廃棄物を含んでいた事などが分かっています。

では、市原市ではどうか？

2018年11月、幅40mにおよぶ大規模な土砂崩れが起こり、主要道路(通称うぐいすライン)が長期間封鎖される事になりました。これは行政の指示を無視した再生土による違法埋め立て行為により発生したもので、市民が犠牲にならなかつた事だけでも不幸中の幸いです。これが実態です。

県内でも、残土が運び込まれる事が多い市原市では、熱海以上にリスクがあると言つても決して過言ではありません。したがって、盛り土に関してはしっかりとしたりスクマネジメントとして、継続的な調査と監視をしなければなりません。

さて、市原市には、市域を網羅するGISというシステムがあり、過去に盛り土をした

箇所の筆数や規模をマップ化したものがあります。今後は「土砂災害危険箇所」と照らし合わせ、より精度の高い、ハザードマップとして、安全性とリスクを明確に市民に伝えるべきです。

過去の市原市の土砂崩れと、今回の熱海の土砂災害の明らかな共通点は、「**違法埋め立て行為**」です。盛り土する事が危険ではなく、違法行為が事故を招くのです。法に基づき施工し、適正な盛り土をしている所は、全国的にも災害や被害の記録は少ない事を確認しています。

つまり、違法性の有無の継続監視体制こそが極めて重要であり、防災観点からも、「**災害防止に直結する施策**」と言えるのです。

今回の第3回市原市議会定例会では、本市に運び込まれた盛り土の実態、そしてその管理、または監視体制についてしっかりと議論していきたいと思つています。





# 秋の超スーパー食材！サンマ！

## 今月は秋サンマのお話…

このサンマ、江戸時代は大して人気のない魚で、庶民にとっては、脂ののった秋サンマなんて、「猫もまたいでいく」と言われたそうです。

しかし、いつか高級魚になる事は、あるお殿様には分かっていたようです…

昔々、田黒に鷹狩りにきた殿様三行が、家来が弁当を忘れて困っていたそうです。お腹が空いた時に、何やら良い匂いがしてきたそうです。殿様が家来に聞くと、「あれはサンマという魚を焼く匂いです」と…すると、殿様が「ぜひ食べてみたい」と言ったそうです。家来は慌てて、「殿！サンマは庶民が食べるもので、殿のお口にされるようなものではありません」と、食べのを止めるのですが、殿様はそれを聞かず、しかたなく庶民からのサンマを受けると、「これは美味しい」と、たいそう喜ばれたそうです。

同じように江戸時代「猫またぎ」と言われた魚にマグロの大トロがあります。大トロも「マグロの脂身」と言われ、食べずに肥料にされています。秋サンマも、同じく灯油にするか、肥料になっていたそうです。

人々がサンマを好むようになったのは、第2次世界大戦の食糧危機からこのようです。

## やがて高級魚になる？

そんなサンマも、漁獲量は年々減少しています。また、イワシの漁獲量も減っています。ウナギは特に絶滅危惧種で深刻です。

このまま漁獲量が減っていくば、それぞれの魚の値段はどんどん高くなり、庶民には手が届かない高級魚になるかも知れません。すでに「高級魚」になっているマグロやウナギは、養殖され始めましたが、サンマやイワシの養殖は今の技術ではできないそうです。

さて、このサンマ、栄養豊富なのは誰もが知っていると思います。しかし、サンマは栄養学的にも医学的にも、とんでもない力を秘めている事は、実はあまり知られていないようです。

まず、人間は摂取した脂肪を効率よく代謝するにはビタミンB2が必須。サンマにはこのビタミンB2が大量に含まれているので、体の余分な脂をしっかりと分解してくれます。また、超良質なタンパク質且つ低糖質なので食べ過ぎても太りません。

さらに凄い栄養は脂です。



秋サンマは特に脂がついてますよね。この脂、血中中性脂肪を減らし、血液をサラサラにして血栓をできにくくするDHAとEPAという多価不飽和脂肪酸が多く含まれており、動脈硬化やそれに伴う血管疾患の予防に強烈に作用するのです。サンマの食べるころ100gあたりDHAは1,600mg、EPAは850mgと王様レベルです。サンマを食べる人と、食べない人で、脳卒中、心疾患の発生率を調べた研究ではサンマを食べる人は、食べない人に比べ2倍以上予防できたそうです。

このサンマの脂、違う研究では記憶力を上げ、アルツハイマー病の予防効果も明らかに。アミノ酸スコアは100。これは「タンパク質を組成しているアミノ酸のバランスが100点」という事。つまり、人間の皮膚はタンパク質で構成されているので、良質なタンパク質を摂取することは美肌にも当然有効。さらに大量のコラーゲンも豊富。コラーゲンは体内で吸収された後、ビタミンCの力を借りて再度コラーゲン生成します。そのため、コラーゲンはビタミンCと一緒に摂取する必要があります。サンマにレモンやすだちをかけて食べるのは、味だけでなく栄養の面でも理にかなっているんですよ。

特に女性は閉経後に骨がもろくなりやすいので、サンマに含まれる鉄分やカルシウムは必須です。また、抗酸化作用があるビタミンA、ビタミンE、ビタミンDも多く含まれているので、老化予防にも免疫機能にも有効です。「サンマと健康」について長年研究している学者はたくさんいて、ここでは書ききれないほどサンマの効能は凄い事を知りました。

この秋、サンマという超スーパー栄養食材で、健康で若々しい日々を送りましょう。



### ますも誠二 プロフィール

氏名 増茂 誠二  
生年月日 昭和42年12月1日  
職業 歴 市原市議会議員  
一般社団法人 全国救急救命士教育施設協議会副代表理事  
国際医療福祉専門学校前副校長兼学科長  
千葉市医師会非常勤講師  
杏林大学保健学部非常勤講師  
資格・学位 救急救命士 危機管理士 救急救命学修士  
国士館大学大学院救急救命システム科修士課程卒業  
学歴 千葉大学大学院環境生命医学博士課程単位取得満期退学  
剣道教士七段  
その他 第19回極真空手千葉県マスターズカップ三位

ホームページもご覧下さい。  
<http://www.masumo-seiji.com> **ますも誠二** 検索

ますも誠二の救命ブログはこちらから

ますも誠二 LINE QRコード

TBS系ドラマ『TOKYO MER～走る緊急救命室』  
主役 鈴木亮平と共演しました。