

私の健康法はガム取り清掃

NPO法人環境まちづくりネット 池永 充 (いけなが たかし)

私の職場は、コンピューターに関わる仕事なので、

1日中机に向かっている事が多く、運動不足になりがちです。

私はこれを補う方法として、清掃活動に取り組むことにしました。そこで、“まち美化”に取り組んでいる人たちをネットで検索し、勤務に差支えが無く自転車でいける範囲を目安にして、都内を中心に千葉県や埼玉県、神奈川県まで足を延ばすこともあり、ときには電車で東北や関西地方にまで出かけることもあります。

この活動をしているうち、道のあっちこっちにベッタリ張り付いている汚らしい噛み捨てガムが気になって仕方が有りませんでした。

そんな折、NPO法人環境まちづくりネットが、ガムの除去清掃に取り組んでいる事を新聞記事やテレビの放映で知り、活動しておられる新宿駅東口の現場にお伺いしました。

現場では、荻野善昭理事長さんが開発したという「ガム取り棒」と筑波大学との共同研究で開発したガム取り溶液「ガム取り番」を使って、ご年配の方々が、和気あいあいと熱心にガム取り作業に取り組んでいました。

私も勧められてガム取りを試みたところ、非常に滑らかに除去できるばかりか、立ったままで除去作業ができるので疲れることはありません。ご年配の方が、楽々と作業しているのも当然のことでした。

そこで私は、荻野理事長さんに「各地の“まち美化”運動に参加しているので、ぜひ手伝いたい」とお話しました。

以来、私は“まち美化”清掃活動に参加する場合に、必ず“ガム取り棒”を持っていき、ガム取り清掃に取り組みながら、わたくし流の安上がりな健康法にしています。

平成22年3月7日