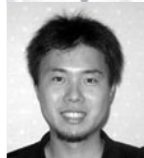


がまごおり

## 若者サポートステーション



鈴木康生  
☎ 67♦3201

### ニートって言うってもね⑤

今回はこの1年で思ったことを書かせていただきます。

『フリーター』、『ニート』、『ひきこもり』と呼ばれる人たちがいて、社会人と呼ばれる人たちがいる。

働いていてもいなくても、仲間はずれに感じている。居場所は欲しい。

り。親も子も。世間はデフレスパイラルですが、ここにもまた何かしらの負のスパイラルがあると感じるのです。

悩みの解決って何だろう…。

僕はこう考えています。悩んだ瞬間答えはある。だけど環境に左右されて動けない。人の目だとか世間体だとか。もしそんなことを気にしない人たちが周りにいたならば…。一人で悩みこんだことをいろんな人に話すことができて、心が整理されていく、そんな気がします。ならばサポステの役割ってそんな動き

やすい環境を作ることかなあと思います。悩める若者が、サポステの中と外でいろんな人と出会う環境で、これまで多くの方と出会い、その中で自己の可能性を見出し新たなステップに動き出せた方もいます。

『無限の力は、あなたとの出会いに 隠された可能性のこと限りない始まり』

(歌：KOKIA)

職場体験やイベントを通し若者の可能性を見出していたいだっている皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。

## 読む



## 水族館



学芸員 小林龍二

竹島水族館  
☎ 68♦2059

### 「赤身と白身」

「マグロは生まれてから一生泳ぎ続けている。ヒトが少しの間走り続けることくらい簡単だろう」と思い、後輩たちを誘って「三河湾健康マラソン」に参加しました。3km・5km・10kmコースとあったのですが、意地を張って10kmコースにエントリー。しかしいざ練習してみ

ると、水族館から竹島まで行って帰ってくるだけで辛く、考えが甘かったです。約1カ月半トレーニングした結果、50分走り続けてなんとか完走はできたものの「もうやりたくない」。

マグロはご存じのとおり赤身の魚で、この赤さに泳ぎ続けられる秘密があります。赤い筋肉の中に、泳ぐために必要な酸素

を貯蔵する仕組みがあり、長時間泳いでも疲れにくいのです。

一方で、フグやヒラメのような白身の魚は、持久力よりも瞬発力が抜群で、待ち伏せして目の前を通りかかった小魚を瞬時に丸飲みします。水族館の水槽の中でもノロノロ泳いでいたり、底で動かなくなったりしているの、すぐに捕まえられるかと思いきや、素早く動き回ってなかなか捕まえることができません。

しかし、彼らは持久力には欠けるので、そのうち疲れてきて

捕まります。

魚の中には赤身と白身の中間のような魚もいますが、水産学的には100グラムあたりに含まれる酸素貯蔵タンパク質が10ミリグラム以下を白身、それより多いのが赤身と、基準があるそうです。ちなみに栄養的にはそれほど違いはないようですが、白身の方が食べた時、消化が良いそうです。サケは白身に分類されますが、ピンクの身はエサになる小さなエビやカニに含まれる成分が身の色に影響しているからです。