

いい加減、野郎奴に思い知らせてやらないかん。例えば、土建屋の親父を半殺しの目に合わせ、釜の仲間の前で土下座させるとか、さもないれば、通天閣の上から降り下げよう。人間には反省する機会が必要なんだよ。

（サン、セバステイアン）
 ちなみに、サン、セバステイアンというのは、キリスト教を崇拝していたこのローマ帝国の軍人（百人隊長）で、取り締まる立場にありながらキリスト教徒を助け、いたつて自分の方が殺されることになった殉教者。南米に、サン、セバステイアン祭りという大層にぎやかなお祭りがあるそうさ。

（二）ここまでぎやかになり立てなくて、とつと穏当なところは……

三ヶ月程前、中山へ飯村パラシに行った時、パラシ屋のえらい仕事をやらす癖に、飯の量は小学校上級生用くらいで、おかずはサイ

コ口状の四角いアゲ二個とキムチ少々であった。結局、外へでてラーメンを外食した。これでラーメン十ちやちな弁当となり、貧乏人の風食は終わり。帰りに仕事仲間と、これいくらくらいにつくぜろか、と言ったら、一〇〇円くらいのものぜろろ、と言う事に結論出た。その連れも、外で五目そば等食いたこと

た。とにかく、飯代で儲ける様な事、やめてくれ。生ま殺しにされるみたい。
 このごろ賢二うなつてケタオチに行かんようになつたが、ためて本組みたいに給食工員并当へ三〇〇円、食わした水。消費費の五〇〇円支給が一層ええ。（はら たつそう）

なま殺しにされるみたい、ではなくて、なま殺しにされているのです。先に書いたように、人は色んな栄養素から成り立っており、労働をすればするほどその補給を確実に保二

たのなければ、健康な身体は維持できません。飯場にいと飢餓感がつるのは、単に量的に減らたりないからばかりでなく、質的に栄養素がうまく補充されていないこと、本能的に身体が知らせている表われなのです。左の表は、とび、工場の作業例と各作業へのエネルギー消費量をあらわすもので、これに自由時間のエネルギーを加えたものが一日の消費エネルギーとなる。

とびの新陳代謝時間は八時間三〇分、土工は九時間一〇分であるが、計算がめんどうさいのでそれぞれ九時間勤務として世間並の自由時間のエネルギー消費、一三〇〇キロカロリーを加えると、とびの一日消費エネルギーは三九二〇キロカロリー、土工は三三六二キロカロリーとなる。

他の職種では、連日約二四〇〇キロカロリー、社会事業員約二二〇〇キロカロリーなど。

土建	とび	組立作業	実測	44-3月期
作業名	作業内容	時間(h)	R.M.R.	Cal.
鉄骨組立	ボルト(7)ボルト	177.3	4.5	1010
	ジョイント(2444)			
クレーン指示	立位	44.5	1.3	111
鉄骨組立	ボルト(4)	23.3	3.5	109
クレーンのワイヤー	付はす	27.2	3.0	114
玉かけ作業	15m歩行あり	10.0	3.2	44
鉄骨組立	地上でボルト(4)	16.5	3.5	77
道具さぐり、持ちこ	地上から3階へ	6.5	4.0	33
鉄骨組立、ボルト		12.3	5.0	76
歩行		7.4	2.1	24
用談		15.0	0.8	24
手持ち	立位	92.8	0.8	116
"	坐位	31.3	1.2	48
食事休憩		65.4	1.4	104
計		510	25.1	1592

土建	土工	土木	実測	44-3月期
作業名	作業内容	時間(h)	R.M.R.	Cal.
砕石つみ		29	4.5	153
砕石まき		18	5.0	111
トラックに乗り		1	1.0	2
アスファルトつみ		24	4.0	124
土をならし	77に2	35	6.0	612
スチール板敷		20	2.0	84
セメント敷		20	4.0	124
板月づけ		29	2.5	99
土月づけ		60	4.5	342
道路さぐり		25	2.5	99
サッシの取り付け		3	2.0	9
流し板作り		4	3.5	15
手持ち		32	1.4	51
歩行		22	2.1	72
脱衣		2	1.0	4
着替		10	0.8	16
相談		15	0.4	28
用便		2	1.5	3
水のみ		2	0.8	3
休息		88	6.3	132
食事休憩		60	0.4	96
計		550	22.3	2162

妻の作業をしたとび、土エが、その日に消
 したエネルギー、ともかくカロリーだけ
 でみるとまを合わせようとするれば、米なら
 ば約一升五合と一升六合、牛肉ならば二六〇
 の二ハの〇グラムを食うなければならぬ。
 アンケートの中で、一つだけつづまの合
 いそうなのがある。

五年程前、神戸へサイロの仕事に、鉄筋で
 オールナイ行、在時の夜中に食ったメシが忘
 れられぬ。

確かオオズは五品以上あつて食いきれん位
 だった。若鷹のカラあげ、イワシの天ぷら、
 カツオのゴボウ巻き、玉子焼き、ほうれん草
 につけものと、どれもこれも美味いものば
 かりで、こうして思いだして書くだけで生ッ
 パが出てくるわ。メシもおひつからついで食
 い放題で、みそ汁もあったわ。
 まア、職場でこんな豪華セイ？なのを食っ

こいね。

人間社会 衣食住は年を追うごとに進歩し
 ていけるべきで、昔みたいにちやうど
 にいいかげんな物を食う所はないと思
 うが、あつたらそこへ行っている人達で改善
 させるべきだ。

いい物を食っていたら、重労働をしても身
 体の疲れがさがらぬ。飯場も肉、野菜をどん
 どん食ひすべきだ。今の飯代ではいいもの作
 れんのやったら飯代上げたてかまわんのや
 食ひ物にまでこつて飲めないわ。

又、一般社会の并当に比べ土建業者の并当
 は粗末なのがみえたいや、一般社会並みか
 それ以上に良い并当をこころえて欲しいわ。

はげしい労働をし、文字通り筋肉をすり減
 らしたら、あぶらぎの多い肉や魚を食って補
 わなければならぬ。また、カロリーをみた
 すために、こめ、甘いもの、もち、食用油、
 脂肪の多いものを取らなくてはならぬが、

左のは、後にも先にも
 こいねーペンだけ
 して、又、その帰り
 に甲子園へ寄って
 競輪はって日当五
 五倍にしたいわ。
 人間についている
 時があるもんぜ。
 豊川信雄(三モオ)



左様、人間、ついている時というのがある
 しか、残念ながらそう多くはない。豊川サ
 ンは続けて次の様に書いています。
 わいはい自分で食堂行って食う所へ仕事行く
 組合が多いんで、弁当出してくれろ所へはめ
 ったに行かんけど、最近、本組へ行ったお人
 給食屋からの弁当でまあよくやっただけど、欲
 び云うなら、オウズもメシも量を減らして欲

白米、いも、甘いものを主として食すさ
 と、疲れがひどくなるので、疲れを防ぐため
 にビタミンB類(七分づき米、おぎん)を取る
 とよい。

左の表は、これだけ毎日平均して食べてお
 りばまず栄養に不足することはない、という
 基準例。

更に例一

昭和五二年一月二三日と実験一五日要約
 日給四。〇。円、飯代八。〇。円、土木建設工
 大正区 渥美建設 本家

食品名	1人1日当りの食費(円)	おまけ(円)
こめ(白)	350	こめとして2.5合
いも類	50	いも(白)1個
主め類	25	主め(白)1個
野菜類	240	だいこん3個
くだもの	120	みかん3個
海苔	10	いりこ1個
魚介類	70	いわし1尾
肉	40	牛肉1尾
牛乳	220	牛乳1本
卵	45	卵1個
砂糖	20	砂糖1包
おくら類	20	おくら1本
塩	14	塩1包