

■ ますの話題

いつまでもお元気で ー百歳賀寿贈呈式ー



橋本市長から賀寿を受けるカツエさん

1月7日、江藤カツエさんの百歳賀寿贈呈式が行われ、ご家族が見守る中、賀寿、記念品が贈呈されました。

カツエさんは手先が器用で、昔は手まりづくりや編み物をしていました。また、体を動かすことが趣味で、今でも畑の草むしりをしています。

好き嫌いなく毎日三食食べること、規則正しい生活を送ることがカツエさんの長寿の秘けつです。

一筆に思いを込めて ー新春書道展席書大会ー

1月7日、須賀川アリーナで第56回新春書道展「席書大会」が行われ、一次審査を通過した小・中学生196人が参加しました。

参加した児童、生徒たちは、保護者が見守る中、それぞれの思いを筆に込めて、作品を書き上げました。

作品は、1月21日、22日の2日間、中央公民館に展示されました。



お母さんも熱が入ります

木にだんごをさしたよ ー大東公民館 だんごさしー



「なんで木に飾るのかなあ…」

1月12日、大東公民館で、大東小学校と大森小学校の1年生43人が参加し、ふるさと歳時記「だんごさし」が行われました。

児童たちは、地区の皆さんと一緒に団子を丸めたり、「ふくしま四人会」のお二人の昔話を聞いた後、ミズキの枝に団子や飾り煎餅を飾り付けて、小正月の伝統行事を楽しみました。

安定したコメ作りのために ー藤沼ダム湛水式ー

1月18日、藤沼ダムで湛水式が行われました。

安全祈願祭のあと、ゲートが閉められ、4月末からの農業用水の供給開始に向けて、試験貯水が始まりました。



地域に再び水が供給されます

私のふるさと



中国遼寧省瀋陽市

仁井田 富澤 順子さん



私のふるすとは、中国遼寧省の瀋陽市です。北京と大連やハルビン、吉林などを結ぶ交通の中心地にもなっていて、中国最大のソフトウェア開発会社も本社を置いている東北地方最大の都市です。旧満州時代に建設された瀋陽駅は、白い窓枠と赤レンガが東京駅によく似ています。

冬は北海道と同じくらいの寒さで、朝起きると、雨どいのツララを取るのが最初の仕事でした。雪が降ると、朝6時ごろから、役所や会社に行く人や小学生たちもみんなでスコップを持って出掛け、雪かきをしてから登校していました。須賀川に来て、雪かきをしなくても雪が溶けることが良かったです。

ずっと先まで平らな土地しか見たことがなかったので、新幹線で新白河駅に降り、友達の手で須賀川に来るまでの間、山が近く、坂道が多くて、田んぼもでこぼこしていて、びっくりしました。近くにはいろんな木があり、柿やゆずも初めて見たし、タケノコも日本に来て初めて食べました。

来たばかりの頃は言葉も分からず苦労しましたが、2年目に隣組長になったり、その後、地域の婦人部に入り、公民館で餃子作りを教えたりして、みんなに助けてもらい、寂しさもなくなりました。

須賀川に住んで18年になりますが、優しい夫がいる須賀川が大好きになりました。



みんなの
ひろば

白方神社は、市内今泉字町内の通称磐座山に鎮座し、古くは「青雲白方神社」と呼ばれ、天照大神、天津彦根命、建弥依米命の三神を祭神として祀っています。

社記によると、大和朝廷のころ、国造としてこの地方

ふるさとの遺産⁽⁷⁰⁾
白方神社と磐座

に派遣された建弥依米命が、磐山（磐座山）の霊石を盾に見たて、この地に仮住まいして国を平定し、霊石の地に社を建てたのが、神社の始まりと言われています。

建弥依米命は、平定後この地で新しく田を開き、祭祀と政治を行なったと伝えられています。

社殿裏の、露出した岩山に倒れ掛かるように立つのが霊石で、「くぐり石」と呼ばれています。

この巨石を含めた岩山全体が、神の宿る磐座と考えられています。

また、社名になっている「白方」は、全国の国名や郡



白方神社の霊石(市内今泉)

名、郷名などが記された平安時代の「百科事典(和名類聚抄)」に記載されている古い地名の一つで、陸奥国磐瀨郡七郷に属する「白方郷」に由来すると考えられており、この地が古来より、人々の信仰の場であったことがわかります。

博物館 ☎(75)3239

保湿剤を使用して肌の潤いを保ちましょう。

③ 症状悪化要因への対策
症状を悪化させる原因は、室温や衣類、何らかの食べ物、精神的ストレスなど個人によって異なります。自己判断せずに医師に相談をしながら適切に対応しましょう。

アトピー性皮膚炎は、長期的な治療とケアが必要な病気です。医師や薬剤師の指示により根気強く症状改善に取り組みましょう。

健康づくり課(須賀川アリーナ内) ☎(88)8123

① 大切な薬物療法
アトピー性皮膚炎は、速やかに、かつ確実に炎症を抑えることが重要です。病気の状況や部位により薬剤の種類や用量、使用期間などが異なります。医療機関を受診し、医師や薬剤師の指示に従い、治療を継続しましょう。

② スキンケアのすすめ
スキンケアのポイントは、清潔と保湿です。入浴やシャワーを励行し、必要に応じて

アトピー性皮膚炎は、かゆみのある湿疹を主な症状とし、アレルギーを起こしやすい体質の人や、皮膚のバリア機能が弱い人に多く見られる病気です。

アトピー性皮膚炎は、一般に良くなったり悪くなったりを繰り返しますが、適切な治療によって症状を改善することができるといわれています。

基本となる3つの対応



サークルとわたし 須賀川市健康づくり推進員OB会

代表者 後藤 幸子
会 員 22人
発足年月 平成22年8月
連絡先 ☎(72)1067
活動日 年5回
活動場所 市保健センターなど

私たちOB会は、須賀川市健康づくり推進員の退会者の交流を図るとともに、健康に関する研修などを通じて、地域における健康に関する正しい知識の普及活動を推進している団体です。

年間の事業としては、総会をはじめ交流会、研修会や市が行う子どもの祭典に参加し活動しています。

子どもの祭典では「親子のコミュニケーション体操」、子どもたちの体力増進のための「親子でケンケン飛び」をしてもらうなど、健康と親子相互のコミュニケーションの場として多くの方々に喜んでいただきました。

これからも、子どもから大人まで多くの方々の健康に役立つ活動をしていきたいと考えています。

向陽町 後藤 幸子