

先人たちの 思いを受け継ぐ

松明あかし実行委員会事務局(観光交流課内) ☎ (88)9144

本市伝統の火祭り「松明あかし」。11月8日(土)、翠ヶ丘公園内の五老山(ごろうざん)を中心に行われます。今年も多くの団体が参加し、壮大な松明の炎が、晩秋の夜空を焦がします。当日は、多くの行事を予定していますので、ぜひご参加ください。

本松明

各団体や企業が製作した、胴回り3メートル、長さ6〜8メートルの松明です。本松明は前日までに、五老山の山頂に立てられます。「松明をもちたてる会」が製作した大松明の点火を皮切りに、本松明にも次々と火がつけられます。

中学生の本松明行列 第一中の生徒による本松明行列が、松明通りから出発します。

大松明行列の休止 担ぎ手の減少や安全確保のため、今年は大松明の人力での運搬・建立は行いません。

御神火奉受式

松明に点火する御神火(ごじんか)の奉受式は、須賀川城主・二階堂氏を祭る二階堂神社で執り行われます。トーチに移された炎は、御神火隊によって市内



重さ約1トンの本松明を力いっぱい運びます

を一巡した後、五老山に運ばれます。

小松明行列

直径10センチメートルほどの球に火が付いた小松明を持ち、五老山の山頂を目指します。暗闇の中、揺れながら運ばれてゆく灯が、数珠つなぎとなって静かに流れてゆく様子は、松明の激しく燃え盛る光景とは対照的に、夜の闇を幻想的に照らし出します。

松明太鼓

松明の燃え盛る炎とともに力強く会場全体に響く「松明太鼓」。当日は、五老山西側の特設ステージで演奏されます。迫力ある松明太鼓の演奏と、松明の炎のコラボレーションをお楽しみください。

おもてなしイベント広場 おもてなしフードコート

tette、須賀川信用金庫本店駐車場、翠ヶ丘公園芝生広場で、松明あかしをより楽しめるイベントを行います。



小松明の灯が静かに夜を照らします

受け継がれる歴史

「松明あかし」は長きにわたる歴史の中、その時代に生まれ育った多くの須賀川の先人たちの思いを重ね、現在まで伝えられてきました。この伝統の火祭りを絶やすことなく受け継いでいくため、市民の皆さんのご参加をお待ちしています。



甲冑武者との記念撮影で、気分は戦国時代

幼児期からの生活習慣病予防

子どもの生活習慣を 見直そう

健康(へん)課 ☎ (88)8123

生活習慣病は、大人の健康問題と思われがちですが、子どもにも注意が必要です。

子どもの肥満とは

子どもの肥満のほとんどは「単純性肥満」といわれ、摂取エネルギーが消費エネルギーを上回るために生じます。お菓子、ジュース類の過剰摂取、バランスの悪い食事、運動不足、生活リズムの乱れなどが要因です。

肥満のリスク

肥満は、糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病を引き起こします。幼児期では25%、学童期では40%、思

子どもの肥満予防

食事 1日3食を基本として、間食は時間と量を決めて食べましょう。カロリーや塩分の多いお菓子、甘い飲み物ばかりを摂取しないよう気を付けましょう。

身体活動や運動 ゲームやスマートフォン、テレビを利用する時間を減らし、体を動かしましょう。飽きずに楽しく体を動かせるよう、鬼ごっこやボール遊びなど、工夫しま



乳幼児健診では、栄養指導も行います

しょう。子どもが運動習慣を持つことは、肥満の予防や解消のほか、心身の発育・発達も促します。

生活リズム 早寝早起きを意識して、生活リズムを整えましょう。睡眠時間が不足すると疲れが取れにくくなり、自律神経やホルモンのバランスが乱れ、肥満の要因になります。

家族で取り組もう

食事や運動などの生活習慣は、幼児期から形成され身に付きます。子どもの肥満は家庭環境の影響が大きく、改善には家族全員で取り組む必要があります。子どもも大人もより良い生活習慣を身に付けて、健康に過ごしましょう。

松明あかしサポーターを募集！

一緒に松明あかしを盛り上げてくれる「松明あかしサポーター」を募集します！

活動内容 ●おもてなし係(各イベント会場でのお手伝い) ●案内係(市コミュニティプラザなどでの案内)

●運営補助係(松明あかし会場などでの運営補助)

申込期限 10月17日(金)

●松明あかしの主な行事スケジュール

行 事	時 間	会 場
第一中松明出発	午後2時	松明通り宮先町付近
団体小松明行列出発	午後5時	妙見児童公園
一般参加小松明行列出発	午後5時30分	見晴橋駐車場
御神火奉受式・献吟	午後5時15分～5時30分	二階堂神社
松明太鼓演奏	午後6時～7時45分	五老山特設ステージ
松明点火	午後6時30分	五老山

松明あかし実行委員会事務局(観光交流課内) ☎ (88)9171

俳句に関する情報をシリーズでお知らせします。

文化振興課 ☎ (88)9172



牡丹焚火と松明あかし

牡丹焚火と松明あかしは須賀川の伝統行事ですが、実はこの2つはどちらも季語になっています。

季語は、多くの俳人にその言葉を使ってもらい、歳時記(季語を集めた本)に掲載されることで認められます。牡丹焚火は昭和53年に、松明あかしは平成30年に歳時記に掲載され、冬の季語となりました。

地方の行事が季語となることは珍しく、2つの季語を持つ須賀川は、俳人に愛される街なのです。



牡丹焚火は11月15日(土)開催



すかがわ絵地図