

地区広報

かいぞう



「みんなで走ろう海蔵川の日」 海蔵川マラソンジョギング大会 (平成4年1月26日)

豊かさは まず健康づくりから 自分の健康は 自ら守ろう

「現代の食環境をみる」

昔は、カロリー第一、栄養第一でしたが、今は何といても安全性ですね。特に、食中毒みたくに食べてすぐに症状があらわれない方が厄介なものです。十数年前のカラシ蓮根事件では十一名が死亡して大騒ぎしましたが、一日に約六百名も亡くなっている癌の方は一向に関心が集まらないのは不思議なことです。

食生活を一変させたのは、昭和三十年代に出現したスーパーでした。消費者の健康や利便を考えてで無くメーカー自身の利益のために考案された防腐剤や添加物の中には発癌性の疑いのあるものがあり、しかも十五年以上の潜伏期間を経てあらわれることがあるのです。

昭和五十年に禁止になった、AF2 (魚肉ハム等に添加) という人工化学物質を食べた皆さん、ひよっとするともう手遅れかも知れませんよ！
また、漬物等に使用される着色料の中には、膀胱癌の一因となるものもあるため、欧米で禁止されているものがかなりあるのです。又、アトピー性皮膚炎で、何事にも集中出来ない子が増える原因となっています。
「そんなこと言ったら、食べるものが無い。」という声もありますが、極力食品添加物を排除する心がけが大切です。

日本人が一日平均十一ヶ握っているといわれる食品添加物、自分の健康はあなた自身で守って下さいね。

(同志社大学教授西岡一氏の保育園での健康づくり講演会より抜粋)

海蔵地区の人口 総数 10,945 男 5,407 女 5,538 世帯数 3,605 (2月末現在)

編集・発行 海蔵地区社会福祉協議会・海蔵地区市民センター

はつらつ健康

海蔵アラカルト集

初優勝!

西阿倉川二区

六年一組 今井 郁恵

海蔵地区連合運動会五回目で初めて私達の地区は優勝しました。

その時の感想は、何と云っても人には言えないうれしさがありません。

私が出場した町対抗リレーは、初めて決勝に出ることができました。今、作文を書いていても、顔が自然に笑っているように感じます。私以外の西二の皆さんもうれしかったでしょう。

私は、町対抗リレーに六年生の部で出場しました。その前の綱引



優勝した西阿倉川二区チーム

きが気になって、一生懸命に応援しました。西二のおじさんやおばさんが顔を赤くして一生懸命に綱を引いて頑張った結果、見事優勝しました。

おじさんたちに、「リレーは気楽に走りなさいヨ」と言われました。「なぜ?」と聞くと、「シーツそれは後から」と言われました。おかしいナ?

でも、西二は優勝しました!

走る気持ち

金メダル

東阿倉川二区 藤岡 満

子どもが学校から「寒さなんかぶっ飛ばせ!」のプリントを持ち帰り、マラソンに出たいから一緒に走ってという訳で、父子で初参加とあいなりました。

当日は多数の参加者が集まり、二人の子供に「ゴールしたら、お父さんはここで待っているから」と待ち合わせの場所を伝え、いよいよスタート。しかし、スタートしてみてびっくり!どの子供たちも速いこと、速いこと!

人間走ることを持って生まれた本能の一つ。子供たちがそれを証明してくれております。その顔は

真剣そのもの。先へ先へと競う気持ちはオリンピック選手と同じです。

一生懸命最後まで走りきった満足感。マラソン大会に参加した者の特権です。この気持ちをいつまでも忘れないでほしいものです。

さて私といえば、日頃の不摂生がたたなり、スタート直後あっという間に子供たちにおいていかれた待ち合わせの場所には私よりずっと前にゴールした子供がすっかり待っていてくれました。しかし、速い遅いはこの際いいじゃありませんか。走る気持ちは、全員金メダルでした。

グラウンド

ゴルフをして

増岡 玲子

とても面白かった、もう一度してみたい。

「出かけるよ、早く支度して。」の言葉で行ったところは、学校の校庭。

私は何かなと思っていました。ゲートボールの玉に色のぬつてあるもの、その色と同じ大きな木で



ゲートボールできたえた腕前はたしか

できたパターがならべてありました。ルールはゴルフと同じで入る場所がちよつと違い、通りすぎる時また入れ直さなければいけないし、旗が立っていてそれに当たって入らなかつたらまた打ち直し。でもこれの好きなどころはゲートボールみたいに他人の玉を外に出したりしないのがいい。私は二位だったけどうれしかった。

小学生から大人までみんなが出来るし、ゴルフ場やゲートボール場がなくても出来るのいいと思つた。ルールも難しくないし今度は参加者が増えるかもしれない。健康に良いグラウンドゴルフ、又やってみたいです。

連合運動会のこと

二年二組

みやぎ まどか

雨で一週間のびた運動会。朝の七時に大きな花火の音がして「今日、雨ゾ」とびおきました。



うしろにいるのはお父さんかな?

私は、お母さんといっしょにボール運びをしました。順番を待っていたら知ってお友だちもたくさん出ていました。見ていたらみんなすぐ速かったです。私も上手にやりたいなと思いました。いよいよ、私の番が来ました。「よし、がんばるゾ」と思いましたが、三回ぐらいボールを落としてしまいました。

かんとんと思ってたのに、やってみるとむずかしかった! 次の回もボール運びにちようせんしてみたいなと思いました。綱引きも出たかったけど、大人だけだったので、木下のおばさんと旗を一生懸命ふって応援しました。そして、ハートのハンカチをもらいました。お昼から、お父さんと着せかえ人間をしました。お父さんが、お母さんみたいに頭にタオルをまきバケツやホウキを持ったのがとても面白く、私をおんぶして走ったり、とても楽しい一日でした。

健康診断を受けて

平野美智子

海蔵センターでの健康診断を受けるのは、今回で二度目だった。今まで大病をした事もなく、自分の体についてじっくり考える事などしなかった。結婚し、二度出産してやれやれと思ったら三十歳になっていった。

嫁ぎたてはペーパードライバーという事もあって、車は使わず、もっぱら自転車と歩き、子供が小さい時は散歩したり、子供をおいかけてまわしたり、今考えると体いい事だった。

ところが、車を乗りまわすようになり、二人の子供も幼稚園に行き、しかも内職をするようになって

で、わずか一年にして体の異変が知らぬうちにやってきた。なんとなくおかしいなと思いつつ受けた健康診断の結果は、再検査だった。思い当たる事はただ一つ運動不足だ。時間の無駄で疲れるだけだと思っていた、歩く走るが健康にいいんだと、別の見方で最近は大切にしたいと考えている。

それにしても、手軽で（短時間で検査してくれる）価格も安い、この市民センターでの集団検診はとてもありがたい、今後ともよろしく願いますと言いたい思いである。

自分の体は自分で守らねば。ちなみに一カ月後に病院で再検査をしてもらった結果は、良好との事。毎朝幼稚園まで歩いていくようになったからな。

よかった。

百歳万歳！

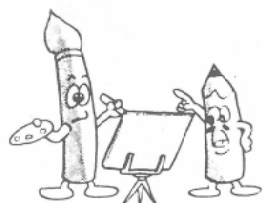
三ツ谷 森 たつさん

ご存じの名古屋のきんさんきんさんが我地区にもいらつしやるのです。今年百歳をむかえられ、お尋ねした折り、そのしつかりした話し方、動作には驚かされました。黄色一色の菜の花の花畑の中を通り、小学校へ入学したことなど、目に浮かぶ様子で楽しそうに話される姿は、とてもステキでした。

毎日早寝、早起き、朝夕の先祖のお祈り、神社の参拝、一時間の散歩と日常生活は規則正しくお暮らします。散歩は、昨年から娘さんの付き添いのもとで、ちよつと窮屈だとおっしゃる程で、自分の事は自分でするのが好きで、簡単な



健康でいらつしやったのでしよう。お元気の秘訣は？とお聞きしましたが、これといって何もないとの事。やはり毎日規則正しい生活と、まわりのご家族の暖かい気配りがお元気のもとのように思われます。お話の間、私たちをほのぼのと幸せな気分させていただけだ、ひと時でした。この様に年を重ねる事ができたらと、うらやましい限りです。これからの長寿社会に何か希望がわいてくるようですね。



備えあれば憂いなし あなたは大丈夫？

平成元年度より三年間、海蔵地区では、年三回の地区市民センターでの健診を行ってきました。その結果、昭和六十二年に一回健診を行い、六十名が受診されていたのが、平成元年度からは三回で百七十五名、二年度百三十五名となり平成三年度には実に二百八十一名が受診されました。

病院で健診を受けた方も含めて海蔵地区の方の受診結果をみると他地区に比べて肝臓の疾患が疑わ

れるGOT、GPTの値が高い方が多いのが特徴となっています。

また、平成三年度の地区センターでの受診者に限ると、血圧やコレステロールが高い方が三十二%のみられ、何らかの異常を指摘された方が二百八十一人中二百七十七人もみえました。勿論これらの方々

全て本当に健康上の問題をもって

地区の年度別検診者数 (人)

| 期日 | 胃ガン | 子宮ガン | 基本健診 | 乳ガン | 胸部検診 |
|-----|-----|------|------|-----|------|
| S63 | 54 | 51 | 60 | 116 | 8 |
| H元 | 150 | 117 | 175 | 72 | 15 |
| H2 | 125 | 100 | 135 | 137 | 44 |
| H3 | 201 | 156 | 281 | 123 | 103 |

するものではありません。しかしいくら体調が悪いからといって最高血圧が百八十mmHgという結果が出たなら、その時点では確かに血管や心臓に百八十mmHgの負担がか

かっていたということです。尿酸白や尿糖の場合でも病気以外にさまざまな原因（過食・過労・寒冷等）が考えられますが、それらは身体にとつてストレスとなつていたといえます。

健診を受けた結果で「アレ？」と思つたら、迷わず病院へ行つてみてください。なぜあの時は悪かつたのか、自分の生活を振り返つて原因を見つけ、除くように努力してください。

健診を受けることは強制ではありませんが、自分の健康は自分で守る意識を持つきっかけとなります。そして、健康を守ることは目

的ではなく、生活を楽しむための基本なのです。



健診の受付風景

運動会スナップ集

H3.11.3(日) 海蔵小学校にて



大玉つがし
皆で転がせば こわくない?



オットット!!
上手に道案内してね。



応援団も力が入って
真剣な目・目・目



綱引きに挑戦
もう一息 頑張っ……



これは、上手にいかないア



お母さんとボール運び



ぜんざい・おでん
のお味はいかが?



竹笛作り
うまく出来たかな?

海蔵地区・連合



お父さんがお母さんに早変わり



よーい スタート前の緊張感



子供も大人も一緒にマラソン・スタート

「海蔵の神社」シリーズ その① 「眼の阿弥陀」さま

シリーズ第一弾として、皆様よくご存じの野田の悟真寺（住職・吉田察開師）を、ご紹介します。

御本尊の阿弥陀如来像は、県有形文化財（彫刻）で、三尺三寸の松材寄木造りで漆箔が施され玉眼と白毫には水晶が入れられているが、現在では漆箔の大部分は剝落し素地を表して黒色を呈し、両脚を揃えて八角五重の蓮華座に直立している。

来迎印を結ぶ阿弥陀風の形式を忠実に踏襲し、鎌倉時代中期から南北朝時代初期の運慶派の作と推定されている。



ご開帳は毎月1日と15日

寺伝によると、古くは尾平町永代寺の旧仏で戦国時代に信長の兵火の難を避けて悟真寺に移ったと

いわれ眼病で庶民が苦しんだので御仏の慈悲で救って下さいとの願望に依り彫刻されました。「眼の阿弥陀」さまとして多くの人の信仰を集めている。

運動会

インタビュー

*学校の運動会と違って、家族で出来て、面白かった。（小学女子）
*障害物でアメが、なかなか見つからなくて「フーフー」粉を吹いて、真っ白になってしまった。（小学男子）
*紅白玉入れは、おばあちゃんと一緒に出来て、面白かった。私は三個入って、嬉しかったけど、おばあちゃんはずんずん入らんかった。（小学女子）
*おでんがうまかった。もって食べたかったけど、売れ切れでした。とても残念だ。（成人男子）

*毎回同じ種目だが、もう少し違った種目も、取り入れて欲しい。（小学女子）
*綱引きは、この前と同じようなメンバーだったけど、今年はずぐに負けてしまった。二年分年をとったかな。（成人男子）
*初めてマラソンに出たけど、最後まで走れるか、心配だった。だんだんみんなから、遅れたけれど、頑張りました。（小学女子）
*参加は二回目だが、券がなくて、何でも出たらいいなあ。（小学男子）
*各町によって、盛り上がりがいぶん異なるので、次回は我が町ももっと協力して、参加出来るといいなと思った。（成人女子）

私たちの町ではこんなことやっています

楽しいタイコ

六年 藤井 伴治

西阿倉川町では八月十二、十三日に、鮑良河神社の広場で盆踊りを催しています。

やぐらの上から響いてくるタイコの音。元気な子どもたちが、アンパンマン音頭やホームラン音頭を叩きます。

指導して下さる西山進さんは飛翔会に所属し、楽譜をつくるなどの研究を重ね、盆踊り太鼓の伝承に力を注いでおられます。

西山さんにタイコを習って、三度目の盆踊りがきました。小学生最後の盆踊りでした。

練習をしていて、まちがえてもやさしく教えてもらったので楽しくできました。また、タイコを習いにくる人は、すぐ近くの人ばかり



夏の日のおもいで

りなので明るく楽しんで練習ができました。

三年間、タイコを習ったことはとても楽しい思い出となりました。

世界に愛を

国際エンゼル協会の皆さん

「チヨコは平らにいられてね。」
「黄色のリボンは黄色の袋につけるのね。」

バレンタインデーのチヨコを、フェルトで編んだハート形の小袋に入れリボン結びます。毎週土曜日に、寄付された布地等をつかって手芸品を作っている。国際エンゼル協会の皆さんです。東阿倉川町の葛西さんと伊東さんも、おしゃべりしながらリボンをつけています。

この協会は、十年前兵庫県に設立された民間援助団体で、開発途上国（バングラデシュ他）を対象に、孤児院建設、診療所開設、開発途上国教育基金の設置等の活動をしています。四日市市にも二十数名の会員がいます。以前は、東阿倉川町に、寄付された手芸品や古着、贈答品を収集する倉庫があり、西阿倉川町の第三銀行駐車場をバザーをしていましたが、今は場所がなくなつたので、桑名市の

三・三通りの商店街や、七月の夜店、十月の祈り鶴祭りやバザーを催して、世界平和の実現のためにがんばっています。



バザーの売上は社会福祉活動に

楽しみな敬老のつどい

海蔵保育園保育母

毎年、九月十五日の敬老の日の前後に「敬老の日のつどい」を行っています。

お家のおじいさん、おばあさん、また、遠く離れたおじいさん、おばあさんにも来ていただきたい、昔からの伝承的な遊び、こままわし、お手玉、折り紙をしてみたり、絵本を読んでもらったり、ほのぼのとしたひとときを過ごします。ホールに入って、友達と一緒に

覚えた歌や合奏を聞いてもらいます。

もう一つ楽しみにしているのが西阿倉川の若生会の方々が、日頃から練習されている舞踊を披露してくださることです。毎年、違った内容で練習も大変だろうと思いますが、気持ち良く引き受けて下さって、子供たちも毎年楽しみにしています。

年長児が作ったペンダントと記念品をプレゼントして、記念撮影。年長児が、お菓子とお茶の接待をして、感謝の気持ちにかえていきます。

いつもやさしいおじいさん、おばあさん、これからも元気で長生きしてください。そして、子供達が健康でたくましく育ち、やさしさ、おもいやりの心が育っていくように見守ってください。

海蔵を火災発生

ゼロ地域に

海蔵分団团长

森 孝

電話が鳴る、家内が受ける、消防署より火事出動の要請にて緊急連絡網順で連絡を取る。消防団の服装で市民センター内の分団車庫に向かう。その間約七・八分他の団員も同様で、いつも四・五名は到着して消防車の出動準備が出来ている。○町○宅と火事現場を黒板に記入して出動す。

多数の消防車により隣近所の方々は安心なさるようである。

鎮火消防署の指示で引き揚げる。分団に帰りホース道具類を洗い、次の準備をして終わる。約四時間



何をつくっているのかな

これが深夜か昼間かの相違である。出火の家はもとより隣近所も無残にも全財産が灰になる事であり、原因の大半は人災である。火災予防への意識を高め、火災発生ゼロ地域を目指して皆様のご協力を仰ぎ、火災予防の啓蒙活動を展開する所存であります。出初式を始め消防署の行事団員の技術向上の訓練年末特別警戒と分団全員が地域消防に頑張っておりますが、社会風潮によって責任義務規律が強調され、団員の高齢化という問題も抱えており、若い世代に引き継ぐため、地域の皆様各自治会諸団体の深いご理解とご支援を切に願います。

各団体の声・行事の参加感想文

花いっぱい運動に

むけて



海蔵地区市民センター
館長 清水 照夫

地域社会ふれあい活動として、当地区では各種団体からなる地域社会づくり推進委員会が設立され、協議の中で自然条件の整った海蔵川を中心とした、花いっぱい運動が位置づけられることとなった。

ご存じのとおり当河川は、春は十志川の桜と並び堤防での桜祭りは市民に親しまれる名所の一つでもあり、又この水辺空間を活用し、自然とのふれあいの場として、魚つかみ、マラソン大会、或いは堤防清掃と多目的に利用されているが、これをより一層充実させるため、三滝川と海蔵川を結ぶ分派での運動を展開するには現状を見ると雑草が繁茂し、ゴミや空きカンの投棄により一層環境悪化が進み、火災予防と合わせ早急な対策が必要であり、県に対し整備促進をしたところ、折しも当河川はふるりの川モデル事業として国の指定を受け、その事業の中で（人と人とのふれあいゾーン）の位置付けがなされており、当委員会での発想と事をおなじくし、今後県と歩調を合わせ一体的な整備の中で地区の受け持つ分野を協議し、水と緑を基調とした心の触れ合う街づくりを展開するものである。

これまでの計画及び経過は、先

ず中央部に狭い導水路を設け沿線に花菖蒲を植え、環境改善を行い、堤防の桜と一帯的なふれあいの場を形成するものであり、既に平成三年にはこの準備として市民センター南側に花の苗木の増殖を図るための育苗を進めているところである。今後は事業推進に向け、皆さんの参画を期待します。



立派な育苗園が完成

「街づくりは人づくり」

地区懇談会をふりかえって

九月十月にかけて、地区の七会場で行われた、青少年協と同推部の共催による地区懇談会は、昨年度に引き続き、人権問題をテーマにして開催されました。

当海蔵地区には、同和部落が無いこともあって、関心の低さが気がかりでしたが、延べ五百名をこえる参加があり、アンケートにも熱心にこたえてくれました。その主なものを紹介しましょう。

参加者の75%は女性で、三十年代、四十代が全体の64%、約半数の人が地区懇への参加は初

団体別内訳は、育成会の108をトップに、小P、自治会、婦人会の順で、子供を持つ親を中心に、全地区的な拡がりをみせています。

テーマについては、二百二十人が「適当」と答え、「街づくりは人づくり」に同感と答えた人も百七十人いました。

「今一番無くさなければならぬ差別は何か？」との問には、「学校やクラスでのいじめや差別」が何と85で一位、続いて「部落差別」83、「人種差別」63、「障害者差別」59、「男女差別」28等がそれに次ぎます。

学校関係が意外に多く、海蔵小高学年アンケートでも、「学校にいやな子がいる」82、「家をかわりた」36という数字が出ています。しかし、何といっても自己の責任と関係のない差別を受けるほど悲しいことはありません。

逆差別論や、「寝た子をおこす」論などの意見も出ましたが、率直な意見交換が出来る雰囲気そのものは、好ましいことながら、故なき差別で苦しんでいる多くの人の現状についても、理解の目を向けていたいただきたいものです。

又、同和教育とは何かしら特別なもののように思いがちですが、参加者に深い感銘を与えてくれた小林信一先生の「同和教育とは親孝行出来る子を育てること」には皆納得。子育てに同和も非同和も無いという認識で、今後も活発な取り組みをお願いする次第です。
(同和教育推進部委員より)

こんなことで困っています

(希望あれこれ)

- 日時がすぎてから閲覧板がまわってくる時があります。皆が気を付けて早くまわす様にしてほしい。
- 犬の散歩の時、飼い主が糞を入れる袋を持ち歩いているが、入っているのを見た事がないのですがどうしているのかしら？
- 役員になると色々他の役がついてくるのですが。
- 組の件数が十件以上だと閲覧板が二つになるそうですが徹底してないと思います。
- 堀木橋が狭いので雨の日は子供達が心配。
- ゴミの分別がきちんとできていない。生ゴミを出す時も水切りはきちんとするべきです。
- 畑の中へ空き缶や空きびんのポイ捨てはやめてほしい。
- 公園があればいいのにな。
- 海蔵文庫にもっとたくさんの方が本を読みに来てくれるとうれしいですね。
- 新海蔵橋から中華料理店みかくに抜ける道が狭くて車がよく渋滞します。どうにかならないかしら。



グループにわかれて活発な話し合いが

編集後記

今回の特集は、健康づくりについての、記事を集めてみました。健康は失って初めて、その大切さに気づくもの。皆さん、気をつけましょうね。

「百歳万歳」等のコーナーは、広報委員が訪問してインタビューしたのをまとめたものです。あなたの町で、あなたの地区でのユニークな催しや行事などをセンターまでお知らせ下さい。
(地区広報編集委員)