

# ちいき1番 よんじょつて!

『朝倉地域コミュニティ協議会』だより 第54号 令和3年2月

“今年は丑年” ← コロナに負けずに前へ進もう!



## 「丑」と「牛」

「丑」は、ちゅう・うしと読み、十二支の一つです。通常、十二支の中で2番目に数えられ、前は子(ねずみ・ね)、次は寅(とら)です。しかし、なぜ「丑」という字を書くのでしょうか。もともと十二支は数を数えるための記号で、古くは動物とは無関係だったのですが、文字にわかり易い動物を当てはめることで、一般の人が覚えやすいようにしたものなのです。

# 各部会の活動報告

## 青少年育成部会

### <小学生の心の事業>

10月2日(金)に朝倉東小学校、11月20日(金)に大福小学校で、5・6年生を対象にポーセラーツ教室を行いました。ポーセラーツとは、白いマグカップやお皿に自分の好きなイラストシールでデザインして絵付けをしていくものです。たくさんのイラストシールの中から好きなシールを選び、イラストの配置を工夫しながら世界でただ一つの自分だけのマグカップやお皿を作りました。最後に焼き付けをしてもらい、自分の作品を手にしたときはみんなの笑顔がこぼれました。



大福小学校5年生



大福小学校6年生



朝倉東小学校5年生



朝倉東小学校6年生

## 健康づくり部会

10月31日(土)の「健康講話」では、インフルエンザと新型コロナウイルスの予防や注意点を朝倉診療所の大坪先生より教えていただきました。11月7日(土)の測定事業では「血管年齢・骨密度測定」を行い、現在の数値をもとに保健師のアドバイスを受けました。また、11月28日(土)の「運動教室」では、ラジオ体操やストレッチ運動等、自宅のできる運動を教わりました。新型コロナウイルス感染予防のステイホーム、皆さん体調に気を付けて元気になり乗り越えてください。



## 発熱等の症状がある場合の相談・受診方法

受診前に必ず電話相談をしてください

### 1.まずは

かかりつけ医等の地域で身近な医療機関に電話相談してください。

相談した医療機関で  
診療・検査が可能な場合

相談した医療機関で  
診療・検査ができない場合

当該医療機関を受診  
〔診療・検査医療機関〕等

2に記載の連絡先に電話相談し、  
診療・検査が可能な医療機関の案内を  
受けた後、当該医療機関に  
相談したうえで受診

- 受診前に必ず電話相談をし、来院時間を決定してください。
- できる限り公共交通機関以外で受診するようにしてください。
- 来院時間を守り、マスクを着用して受診してください。

### 2.相談する医療機関に迷った場合等は？

下記の受診・相談センターにお問い合わせください。発熱患者等の診療・検査が可能な医療機関をご案内しますので、案内された医療機関に電話相談したうえで受診してください。

**保健所（受診・相談センター）**  
北筑後保健福祉環境事務所  
夜間・休日の連絡先

☎ 0946-22-9886  
☎ 092-643-3288

※詳しいことは福岡県のホームページでご確認ください。

### すべての場面で守ってほしいこと

- 基本はマスク着用や3密（密閉・密集・密接）回避。室内では換気を良くして。
- 集まりは、少人数・短時間にして。
- 大声を出さず会話はできるだけ静かに。
- 公共施設の清掃・消毒、手洗い・アルコール消毒の徹底を。

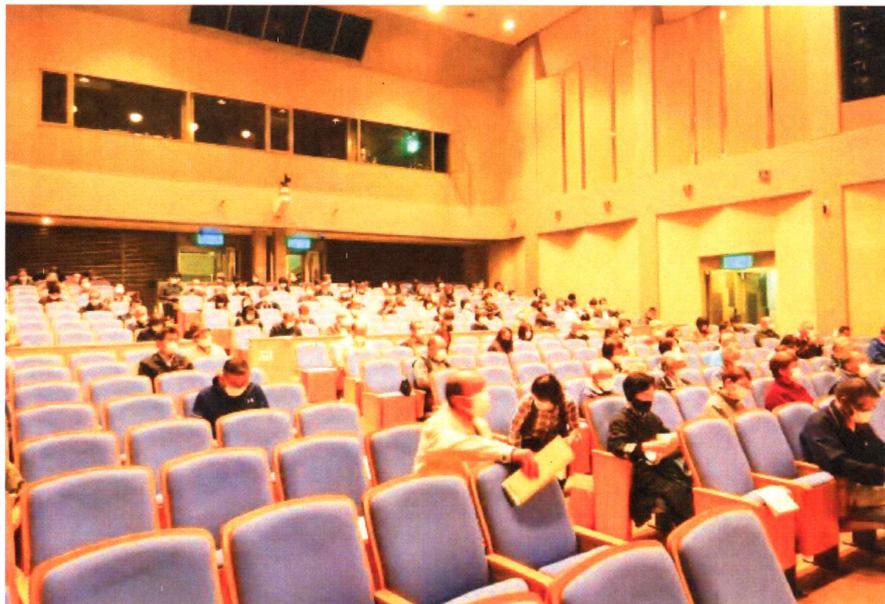
# 朝倉地区社会福祉協議会だより

## 「むこう三軒両隣ネットワーク」

取り組みについての説明会がおこなわれました。

10月24日(土)朝倉地区社会福祉協議会と朝倉地域コミュニティ協議会との合同で開催しました。「朝倉地域の5年後、10年後を考える」というテーマで、各区の区会長、自治公民館長、健康福祉員、女性代表、民生委員を主に139名の参加でした。地域の超高齢化の現状を知り、近い将来を考えたとき、みんなで住みよい地域にするために、むこう三軒両隣を含んだ地域の支え合いがとても大切です。特別なことでなくても、どんな小さなことでもできることから、一人ひとりが考え、今のうちから行動することが必要だと考えさせられました。

この取り組みについては前回号にも掲載しています。今後も継続的にお伝えしていきたいと思えます。



12月7日(月)には、大庭地区の民生委員、区会長、健康福祉員、女性代表参加のもとワークショップを開催しました。「10年後の自分はどんなことに困るだろうか?」というテーマで、4班に分かれ、付箋を使って自由に考えを出し合うという形で行いました。皆さんとても楽しい雰囲気での意見交換会となりました。2月に同じメンバーで第2回を予定しています。

## コロナ禍に対応して、ほのぼのの配食サービスをしました。

11月26日(木)、朝倉地域内の75歳以上で、一人暮らしの方を対象に配食サービスを行いました。部会員と民生委員の方にご協力いただき、Aコープのおにぎりとお味噌汁をお届けしました。みなさんにとても喜んでいただきました。次回の配食会を3月に予定しています。

# 「むこう三軒両隣ネットワーク」への取り組み

Part  
2

## 🏠 なぜ、地域の支え合いが必要？

現在、介護が必要になったとき、自宅での介護を希望する方が70%を超えていますが、今後、人口減少と高齢化が進むと、介護やケアの専門職や家族も高齢化するとともに担い手も少なくなります。

病院等では、必要な病床数は増え、病院と病床を確保することができなくなります。

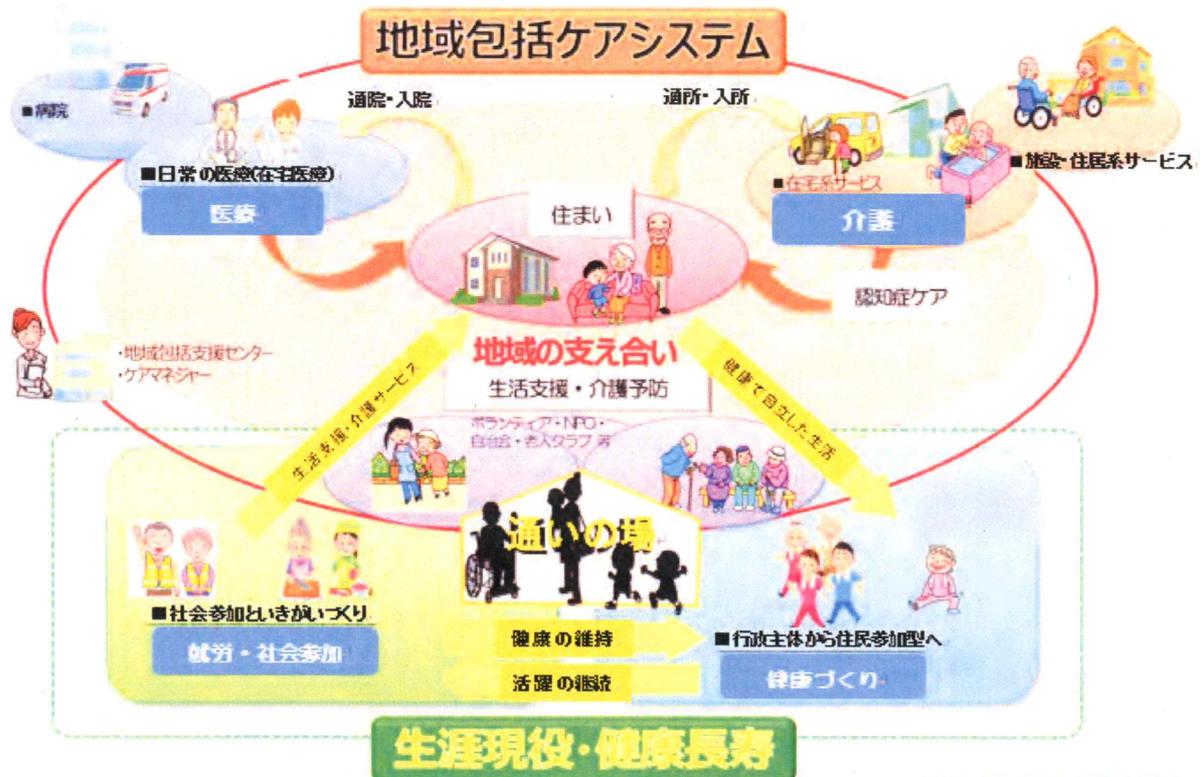
こうした状況に対応していくためには、

- ①医療、介護、生活支援など日常生活を支えるサービスを確保するための担い手として、様々な団体や地域の支え合いの取り組みが必要です。
- ②高齢者も元気で、社会の支え手になることが必要です。社会参加することで、自身の介護予防、認知症予防につながります。

住み慣れた地域で自立した生活を続けるために、地域の支え合いづくりをめざして、今のうちから、「自分のこと」「家族のこと」として準備を進めていく必要があります。



## 住み慣れた地域で、自宅で自分らしく安心して暮らし続けるために



©2020 松尾 香くまもと健康支援研究所

## 🏠 生涯現役・健康長寿のために



高齢化が進むにともない、誰もが介護が必要になることが予想されます。生活習慣病を持っていると、病気を治すことよりも、何らかの病気を抱えながら生活せざるを得なくなります。

病気になる前に、介護が必要になる前に、生活習慣を見直し、いつまでも元気で生活できるように、日頃より誕生日検診や特定健診を受けるように心がけることが必要です。

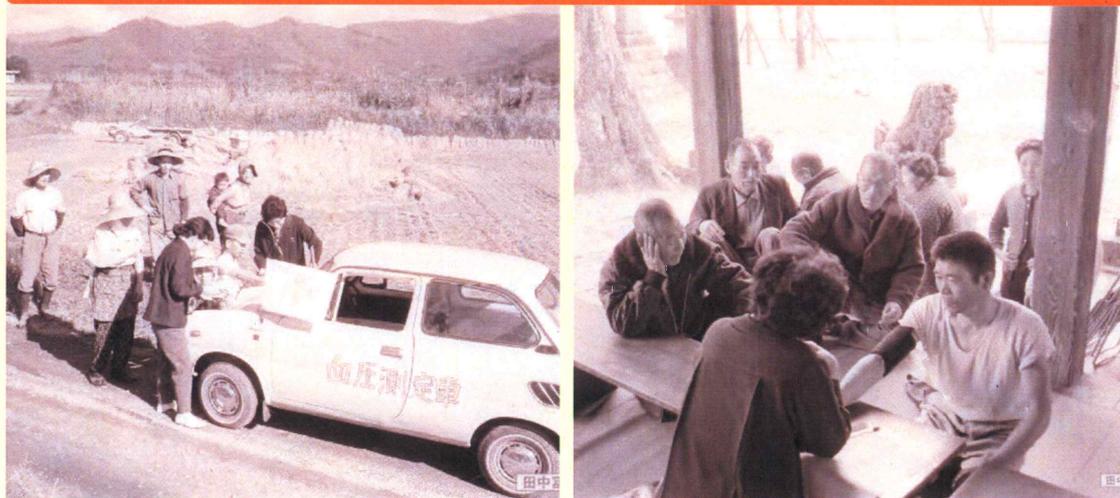
### 朝倉診療所の予防医療について～林与吉郎先生「診療所に託した私の夢」より～

1の予防は100の治療に優る事は周知の事実なのに、多くの医師が予防に関心をよせないのはなぜか。予防活動が不採算事業でソロバンに乗らないからである。

この道は極めて厳しい。それを覚悟の上で取って進む事にした。私どもの真意が完全に住民に理解される日は未だ遠い将来のことであろう。然し私どもは屈せずこの道を歩むつもりである。

医は単に診療だけでなく、深く地域の生活に融け込み、心の支えになってあげる点にあると思う。

### 移動血圧測定（昭和40年代ころ）



近年、生活習慣病をはじめとした「慢性的な病気」にかからないように、「予防医療」という考え方が注目されるようになりました。

## 🏠 いま、コロナ禍による「※社会的フレイル」の進行が問題となっています

- 独居高齢者の3人に1人が「1日中誰とも会話がな
- 75-79歳の40%が足腰の衰えを実感。20%が物忘れの進行を実感。

フレイルになっても、早期に気づいて予防することで、健康な状態に戻ることができます。

### ※フレイル

加齢にともなって気力や体力が徐々に落ち、要介護状態になる前の脆弱な段階を指す。身体的、精神的、社会的など多面的な問題を抱えていることが多く、機能障害や要介護状態、死亡などに陥りやすい。

### ※社会的フレイル

独居状態、外出や交流頻度の低下などで地域から孤立した状態を指す。



## 朝倉東小学校

### 3年生 干し柿づくり

11月27日(金)に竹ん子会の方々のご協力のもと、3年生が干し柿づくりに取り組みました。渋柿を一つ一つピーラーで皮をむき、ひもで等間隔に縛り、お湯に通して干していきました。初めてつくった子も多く、楽しんでいました。2週間ほど干すと食べられるので、冬休み前には干し柿ができます。朝倉の特産物である柿をいろいろな食べ方、加工の仕方ですべて好きになって欲しいですね。竹ん子会の方々、ありがとうございました。



### こんな学習したよ 学習発表会

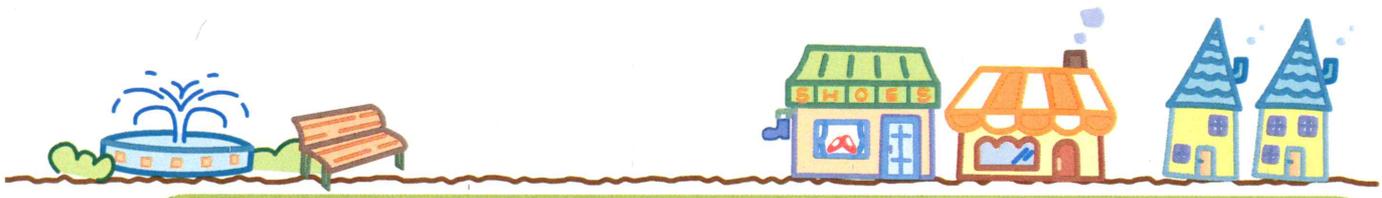
12月17日(木)に学習発表会を行いました。これまで各学年で学習した内容の中から、思い出に残っていることや他の学年に伝えたいことなどを発表しました。どの学年も工夫を凝らして、楽しい発表会になりました。保護者の皆様には、新型コロナウイルス感染防止のため、低学年の部と高学年の部に分散した参観にしました。



2年生は、音読劇「スイミー」の発表でした。ミュージカル風に歌を交えて、小さな魚スイミーが仲間と協力して、大きなマグロを追い出す劇でした。子供たちは、歌も台詞も動きも覚えていて、とても上手でした。



6年生は、修学旅行で被爆者の方から聞いたことや、平和資料館で見たことから原子爆弾の恐ろしさや戦争の悲惨さ、平和の大切さを発表しました。私たちに、自分のことだけでなく、人のことも考えるようになろうと伝えてくれました。



## 大福小学校

### 令和2年度「優良PTA文部科学大臣表彰」

この度、大福小学校PTAが令和2年度「優良PTA文部科学大臣表彰」を受けました。この賞は、PTAの健全な育成と発展に資することを目的として、毎年度優秀な実績を上げているPTAを表彰するものです。

福岡県でも小・中学校併せて5校のみの表彰でしたが、今回は秋月中学校も同時表彰となり、異例の小・中ダブル表彰となりました。

12月2日には朝倉市役所を訪ね、林市長に表彰の報告をしました。



### 命の水をありがとう ～静寂の中に、響き渡る透き通る歌声～

12月12日(土)ピーポート甘木大ホールにおいて催された「朝倉とアフガニスタンの架け橋 中村 哲 医師が歩いた道」の中で、大福小学校の5年生が、故中村哲さんへ「命の水をありがとう」という歌(合唱)を捧げました。

この歌は、古賀百工さんの偉業と百工さんの意志を継いで、中村哲さんがアフガニスタンでその知恵を生かしていることを歌った歌です。これまで、大福小学校の4年生が歌いついできました。歌詞の1番は平成23年度の4年生、2番は平成24年度の4年生が作詞しました。昨年、中村哲さんが凶弾に倒れて亡くなられたすぐ後に、新たに令和元年度の4年生が3番の歌詞を追加して作詞し、この度市民の皆さんに披露することになったものです。

これからも大福小学校の子どもたちは、堀川用水のこと、古賀百工さんや中村哲さんの生き方について調べたり歌ったりすることで、自分や他人の大切さ、命の尊さについて学んでいきます。





## 比良松中学校

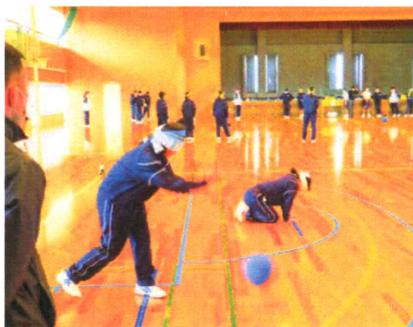
### 充実！ 校内文化祭

10月14日(水)、文化ホールにて「つなぐ～Action and Change～」をテーマに、校内文化祭を実施しました。感染症対策のため午前中での実施でしたが、意見発表や英語スピーチ発表、美術部発表、学級合唱コンクール、吹奏楽部演奏等であたいへん充実した文化祭となりました。美術部は地元あさくら地域に伝わる民話「綾の鼓」を紙芝居にまとめ、台詞やBGMをつけた素晴らしい作品に仕上げ披露しました。



### 体験！ 比中パラ・スポーツ大会

12月9日(水)午前中、オリンピックの池松和彦さん(レスリング、筑前町、福岡大学レスリング部監督)をお招きして、パラ・スポーツ大会を実施しました。パラ・スポーツとは障がいをもってある方がされるスポーツで、東京2020パラリンピックでは22種目が実施予定です。当日は、午後の講師の浦田さん(後述)の競技種目であるゴールボールとボッチャを班対抗で実施し、静かで熱い戦いが繰り広げられました。



### 感動！ 浦田理恵さん特別講演会

12月9日(水)午後、ロンドンパラリンピック・ゴールボール金メダリストの浦田理恵さん(福岡市、東京2020大会代表)に「一歩踏み出す勇気」と題してご講演いただきました。教員を目指していた20歳の時に突然発症、熊本のお母さんに西鉄大牟田駅で「目が見えなくなっちゃった」と打ち明けたことをきっかけに一歩踏み出させたとのこと。

生徒へは「声にして伝えるコミュニケーションの大切さ」「ミスすることが貴重な経験につながること」「やっておけばよかったではなく、やっておいてよかった」と、感動の90分でした。がんばれ日本！がんばれ浦田選手！



# あさくら図書館へようこそ！

開館時間 午前10時～午後6時  
 休館日 毎週火曜日(祝日を除く)・図書整理日  
 ・年末年始・特別整理期間  
 ※感染症拡大防止のため、おはなし会を中止したり、閉館する場合があります。ホームページなどをご確認ください。

## はじめよう！！家族ふれあい読書

朝倉市では、家族ふれあい読書を推進しています。家族ふれあい読書とは、家族でいっしょに本を読むことで、家庭内のコミュニケーションを深めることを目的としています。家族で同じ本を読み、読んだ後で感想を語り合えば、自然と会話がはずみます。「このねこさん、かわいいね」など絵本の絵の印象を話すことでもいいのです。「ゆっくりできる時間がない……」という方も、まずは5分から初めてみませんか？家族でいっしょに本を読み、楽しい時間を過ごしてください。

### あかちゃんおはなし会

日時：毎月第1土曜日 11:00～  
 場所：あさくら図書館 おはなしコーナー  
 対象：あかちゃん(0～1歳)と保護者

### みんなのおはなし会

日時：毎週土曜日(第1をのぞく)11:00～  
 場所：あさくら図書館 おはなしコーナー  
 対象：幼児～小学生  
 内容：えほんの読み聞かせ・わらべうたなど



2020年にあさくら館でよく借りられた本をご紹介します



『少年と犬』  
馳 星周／著



『公安狼』  
笹本 稜平／著



『朝10分でできる  
スープ弁当』  
有賀 薫／著



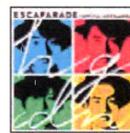
『イトウ先生の世界一わかりやすい美術の授業』  
イトウ ハジメ／著



『アンパンマンとだんだん』  
やなせ たかし／作・絵



『鬼滅の刃』  
吾峠 呼世晴／原作



『エスカパレード』  
Official 髭男dism／演奏



雑誌『&Premium』  
2020年6月号

お問合せは、朝倉市あさくら図書館へ

住所：朝倉市宮野1997 TEL：0946-52-3434

ホームページ <http://lib.city.asakura.lg.jp> Twitter アカウント@amagilib

地元再発見!

# 誇りばもとうや あさくら!

## 朝倉にも鬼がいた!

近頃、アニメ映画の「鬼滅の刃」が大人気ですが、実はその昔朝倉にも鬼がいたのです。

今から約1360年前の西暦661年、唐と新羅に滅ぼされた百済を救済するために、斉明天皇は皇族及び文武百官を率いて朝倉橋広庭宮に移られました。しかし斉明天皇は朝倉に移られてわずか75日で崩御し、恵蘇八幡宮裏手の御陵山に仮葬され、中大兄皇子（後の天智天皇）は喪に服されました。



恵蘇八幡宮 鬼の彫り物



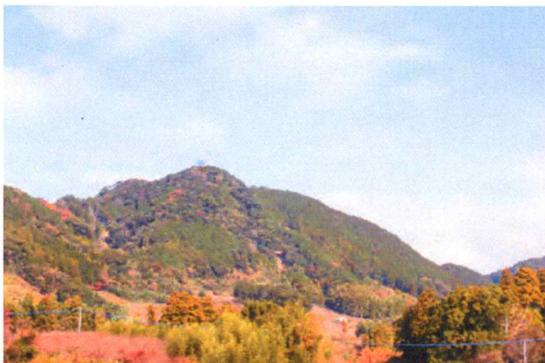
斉明天皇 御陵山

日本書紀には、「御遺体を運ぶ日の夕刻、朝倉山の山頂に大笠を着た鬼が現れ、葬列を見下ろしていた。」と記されています。斉明天皇が祀られている恵蘇八幡宮正面には、鬼が梁に噛みついている彫り物があり、この事に困っているのかもしれない。

鬼は鬼でも「鬼滅の刃」の鬼と朝倉の鬼とでは様子が異なるようです。「鬼滅の刃」の鬼は人を喰らいますが、朝倉の鬼の正体は、朝倉の社の木を伐ったために、雷神が怒って、雨雲が鬼に見えたのではないか、あるいは中大兄皇子に殺された蘇我入鹿の怨霊ではないかなど様々な説があります。

また「鬼滅の刃」で人気になった竈門神社ですが、麻氏良山にある式内社麻氏良神社の境内に祠があります。

朝倉は歴史と伝説の宝庫です。興味を持って身の周りを見渡すと意外なおもしろさを発見できるかもしれません。



麻氏良山 (志波から見た)



祠の中に「寶満宮」(竈門神社)があります。

# 見ちゃって!

## 大きくなぁ〜れ!

12月10日、コミュニティの地域活性化事業の一つとして、長安寺の災害跡地に地区や有志の方が集まり、桜4種20本と紫陽花20本を植樹しました。

地域の方々のつどいの場になるようにという思いから行われ、今後、花が咲くのがとても楽しみです。

(苗木:グリーンコープ生協提供)



## 目の病気に ご利益があります

12月13日、上須川にある月讀神社で祭礼がありました。

御祭神は月讀尊つきよみのみことであり、古来より目の神様として信仰されています。

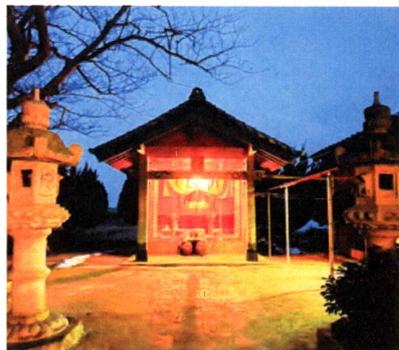
神社横の湧き水を神前に捧げ、その水を眼に塗って目の病気が治るよう祈ります。



## 虚空蔵様

1月13日、猿丸の虚空蔵様の大祭が行われました。コロナ禍で屋台がありませんでしたが、昔ながらの縁日の風景を醸し出しています。特に商売繁盛、子供の成長祈願、家内安全として昔から近郊の人々に親しまれています。

また、「虚空蔵菩薩」は丑年と寅年生まれの子の守護神と言われています。あなたも、一度ご参拝されてみてはいかがでしょうか。



## 祝 新成人 これからは、君たちの時代!

朝倉地域では、47名の方が成人式を迎えられました。



# お知らせ

## >>> 朝倉地域文化祭 楽しんでいただけましたか？

今年は、コロナ感染予防のため展示のみで開催しましたが、  
たくさんの方のご来場をいただきありがとうございました。



## 編集後記



新年を迎え梅の花香る中、今年も「ちいき1番よんじよって！」第54号スタートです。昨年は、新型コロナウイルスが感染拡大し、ほとんどの行事が中止となり、コミュニティの活動を十分にお伝えできなく残念でした。

今号では、健康づくり部会の取り組みを紹介しました。参加者の活気ある姿にコロナに負けない意欲を感じました。他にも地元地域の歴史跡紹介など、新たに知る事で朝倉の良さをお伝え出来たのではないのでしょうか。これも本紙の発刊にあたり、地域の皆様にご協力して頂いたおかげです。感謝申し上げます。

今年も、朝倉の素晴らしい情報を盛り沢山お届けし、皆様に楽しく読んでいただけるよう努力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

広報委員 矢野 ふみよ