

四郷かわら版第9号

歴史探訪への誘い

朝熊町委員会 濱口善隆

6月18日(土)まち協主催の探訪・四郷の歴史朝熊町編IIに参加した。これは、各町の歴史や史跡を訪ね、昔からの言い伝えや歴史を知り、自分たちの住むふるさとの歴史、文化に興味を持ち、大切にしていこうという取り組みだと思っている。ある大学の先生は、「四郷は歴史の宝庫」と述べている。今回の探訪では多数の参加があり、町内十カ所、約4kmの行程であった。

そのいくつかを紹介する。参加できなかった人は、資料がまち協事務局にあるので、是非ご覧いただき、現場に足を運んでみて下さい。

まず、相生神社からご紹介する。今はなくなった荘厳寺の境内にあり、字相生の地名から相生神社となった。荘厳寺は、明治8年に朝熊小学校として利用されていたようだ。明治25年当初は、現朝熊町公民館の場所であり、小学校3年まではここで学び、4年生になると楠部の本校に通った。明治41年四郷尋常小学校の朝熊分教場となり、1、2年が勉学、伊勢市に合併後の昭和33年、廃校となった。

次に永松寺(臨済宗南禅寺派)。境内には、大垣城主であった福原右馬助(石田三成の女婿)の墓がある。また、秋田城介実季の墓もあり、実季は文武両道に長じ、書画・陶芸・菓の配合(萬金丹)など多彩であった。

橋本平八・健吉(北園克衛)生家。平八は木彫家。克衛は国際的詩人で、伊勢病院の庭にはBLUE(ブルー)と題する詩碑が建っている。

三法寺(浄土真宗本願寺派)※三宝寺から三法寺へ名称が変更されています。大晦日には除夜会が行なわれ、除夜の鐘が打たれる。旧三宝寺には当時、植木徹誠が住職を務め、三男の歌手、俳優であった植木等が四郷小学校に通っていた。徹誠は、日中戦争の召集兵を見送る時、戦争は集団殺人である。「鉄砲は当たらないように撃て、必ず生きて帰ってこい」と伝えるなど、反戦平和を唱える僧侶の一人だった。

徳川家康の六男、松平忠輝が少しの間、朝熊村に住んでいたという話もある。紙面の都合で、一部を簡単に紹介したが、他にもたくさん見どころがあるので、資料を参考に一度は是非、訪れてほしい。



第7回ふれあいりレーエッセー

朝熊町委員会民生・児童委員 濱口孝子

今想う事

夏といえば 太陽、海、花火大会、盆踊り、かき氷等いろいろ浮かびます。コロナ禍の中、大人も子どももどれ程満喫する事ができるのでしょうか。

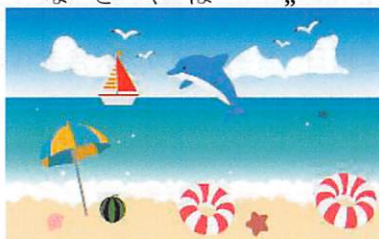
熱中症、コロナが驚く程増えてきています。私も高め高齢者、とくに一人暮らしの方たちは、外出もままならず、以前のように近所同士でも気楽に話すことができなくなっています。

ふれ合い食事会も三年ぶりに再開したのですが、以前とは違い、おもいっきりおしゃべりしたり、ゲームに夢中になったり、ガラガラと大声で笑ったり、園児とふれ合ったり、楽しく食事をする、とはほど遠いです。

マスクで顔が見えないのもさびしいです。この文章を書きながら交流させていただいた人達の顔が浮かんできます。

”何気ない言葉の中に愛がいっぱい”

マスクをはずし、顔を見ていっばいおしゃべりし、ふれ合う目がはやく訪れる日を願ひ、私自身がみなさんから元気をもらう為にも気をつけながら、訪問しています。



朝熊町いきいきサロン

ウォーキング、物作り、体操等の活動をしています。
主に物作りや交流会などを中心に実施しています。
開催：月 1 回(第 4 水曜日が多い)
時間：13:30～15:00
場所：朝熊市民館、大久保集会所



紙バンドでミニバスケットを作りました
紙バンドを順番に編み込み作っていきます。
お部屋のインテリアや小物入れにうってつけ！

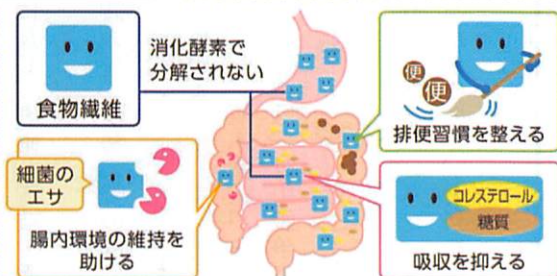


スタッフの方を紹介します。左から
中村館長、中村さん、中元さん、森さん。
こちらのサロンは、物作りが好きな方たちが
「みんなで集まって何か作れば・・・」との声があり、スタートしました。
開催してから、すでに 15 年以上たちます！

● 毎日の健康のために ● 食生活に食物繊維をとりいれよう！！

食物繊維とは

食物繊維は、おなかの中で消化酵素によって分解されない食品成分で、健康に役立つさまざまな機能があります。排便習慣を整える働きは広く知られていますが、食物繊維はおなかの中にすむ細菌のエサとなることで、良好な腸内環境の維持を助けるだけでなく、コレステロールや糖質の吸収を抑えるなどの効果も確認されています。



食物繊維の様々な働き

食物繊維は腸内フローラのバランスを保つだけでなく、さまざまな働きで健康をサポートしています。

おなかの調子を整える	腸内の有害物質の減少
血中コレステロールの低下	糖質の吸収を抑制

食物繊維が多く含まれる食品

不溶性食物繊維を多く含む食品



穀類、野菜、豆類、
キノコ類、果実、海藻、
甲殻類の殻 など

水溶性食物繊維を多く含む食品



昆布、わかめ、
こんにゃく、果物、里いも、
大麦、オーツ麦など

食物繊維の目標量は、65 歳以上では 1 日
あたり男性 20g 以上、女性 17g 以上とされて
います。毎日、食物繊維が多く含まれる食
品を意識して摂るように心がけましょう。