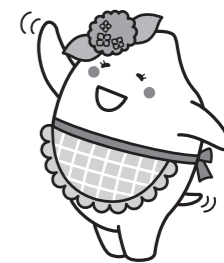


子どもの健診



乳児健診 受診日●3月6日(金)
 会場●保健福祉センター
 受付時間●個別にお知らせします。
 対象●令和7年10月～11月生まれの乳児と未実施者

お問合せ●保健福祉課健康づくり係 ☎76-3185

糖尿病予防教室を開催します

糖尿病は、気が付かないうちに進行し、いつの間にか手遅れになってしまうこともある怖い病気で、患者数が近年増加しています。しかし、発症してしまう前に予防することは可能です。みんなで楽しく糖尿病について学びませんか。

日時●3月12日(木) 午後1時30分～3時 ※受付は午後1時15分開始
 会場●コミュニティプラザ3階 多目的ホール
 内容●講演「糖尿病にならないための基礎知識～生活習慣と運動方法～」
 講師 国保多古中央病院 医師 中島賢一 氏
 理学療法士 伊藤誠子 氏
 管理栄養士 江藤由香 氏

対象者●どなたでも参加できます。3月10日(火)までに電話もしくは
 二次元コードからお申し込みください。



申込みはこちら

申込・お問合せ●保健福祉課健康づくり係 ☎76-3185

多古町地域おこし協力隊 活動発表会を開催します！ 地域のために、いま私たちができること

地域おこし協力隊の活動内容や今後の展望を広く共有することを目的に、「多古町地域おこし協力隊活動発表会」を開催します。

本発表会では「地域のために、いま私たちができること」をテーマに、隊員一人ひとりが日々取り組んでいる活動や、これまでの成果、直面している課題などについて発表します。

また、隊員と参加者が直接交流できる場も設けていますので、地域づくりに関心のある方、協力隊の活動に興味のある方など、お気軽にお越しください。

日時●3月29日(日) 午前11時～午後4時
 会場●コミュニティプラザ文化ホール
 入場料●無料



隊員の詳細はこちら

申込・お問合せ●企画政策課地方創生推進係 ☎76-5417 FAX 76-7144

探訪

うめすけの多古町

「幻の京都」



前回予告した県庁所在地候補とは、旧常磐小学区にある坂地区です。

今から千年ほど前、上総と下総は房総平氏が実質的に支配していました。一族の当主平常長が息子に土地を分ける際、嫡子の長男に与えたのが坂で、千葉は次男だったと伝わっています。長男に子がなかったため、権限も土地も分散され、幻の京都になったわけです。

この話は知っていたものの、坂という地域が上総にもあったんじゃないかと半信半疑でした。これまで房総平氏の拠点は上総だとされていた(現在は下総説も有り)からです。

それが、今年60年ぶりに神幸祭が行われる松崎神社を調べていて、もしかしたら坂の名の起源は、東北へ向かう途中で松崎神社に立ち寄った坂上田村麻呂(征夷大將軍)かもしれない、と思いつきました。大人数ゆえ近隣地区にも野宮せざるを得ず、それが地名の由来とすれば不

自然ではありません。長男の坂常家は、その地に住み坂を苗字に用い、高名な田村麻呂に肖ろうとしたのではないでしょう。当時の朝廷には、坂上田村麻呂を坂家と印した宝剣が存在していました。しかし、疑問が残ります。「田村麻呂が松崎神社を訪れた目的は何?」、誤解なきよう、由緒ある坂東稲荷なのは存じ上げています。ただ、一行は本宮伏見稲荷がある京都から来ましたし、稲荷神の御利益五穀豊稔も、東征軍が参拝する目的にはなりにくいでしょう。

私の推理は「隣接する北条塚古墳に武神相当の人が埋葬されており拜礼に来た」です。「発掘調査で判明したら全ての歴史教科書に載る、伝説の『超大物』ではないか」とも考えています。残念ながら、紙幅が尽きました。詳細は後日発表するとして、3月8日の神幸祭を楽しみに待ちましょ。

病院「コラム」

「歩行補助具について」

文/国保多古中央病院 リハビリテーション科

最近、歩道で杖やシルバーカーを使用している方を見かけることが多くなりました。

「まだ大丈夫」「まだ使うのは先でいいかな」そう感じている方もいらつしやるかもしれません。ですが、杖やシルバーカーは転ばないために安心して歩くための道具です。年を重ねると、少しずつ足の力やバランスは変化していきま

り長く歩ける、足元の不安を軽減することができるようになります。ただし、やみくもに杖を使用すればいいということでもありません。杖を使用するときのポイント、まず杖の高さです。足先の前方に杖を突いたときに、肘が軽く曲がる位置で持ち手の高さを合わせると

丁度よいです。次にどちらの手で杖を突くかです。この原理を利用して、痛みや弱さがある足の「反対側の手」で杖を持つとよいです。元気に過ごすためには、体の状態や使用する環境に合わせて歩行補助具を使用し、「安心して歩ける」ことが大切です。

「最近つまずくことが増えた」「外に出るのが少し不安」そんなときは、早めに歩行補助具の使用を検討してみたいかがでしょうか。



お問合せ●国保多古中央病院 ☎76-22211