

館報まつさき

**がんばろう
末崎!**
津波なんかに
負けない!

記憶に残る敬老会

平成29年度の末崎町敬老会は、9月10日末崎中学校校体育館を会場に開催されました。
今年も、末崎町公益会の支援のもとテーブルとイスを整備し、出席者全員イスにお座りいただき、敬老会となりました。当日はご長寿の皆様とその世話人、ご来賓、祝賀会余興の出演者、その他運営に携わる方々を含めると総勢500人を越える人たちの参加となりました。

祝賀会余興の部においては、かわい保育園児による「こども七福神」を皮切りに、よさこい末小ソーラン、ハッピーを新調しての末中ソーラン、名取の皆さんの華麗な踊りや東北を代表する民謡歌手や年輪を感じさせる演歌歌手の美声に酔いしれた記憶に残る敬老会になりました。

「1テーブル2人、イスにゆつくり腰掛け、余興を堪能できた。とてもいい敬老会であった」と話しておられました。

末崎町敬老会の対象者である75歳以上の方々は903人（市内の介護施設に入所している方、50人程を除く）。年代別はその内訳をみると、100歳以上が3人、90歳代が99人、80歳代が458人、75歳から79歳までの方が343人である。ちなみ最高齢は102歳、小松原の小松ウメノさんです。

日本人の平均寿命は、男80・21歳、女86・61歳となっていますが、現在最も重視されるのは、健康寿命です。

健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のこと。要するに、元気で自立した生活ができる期間のことです。現在、日本人の健康寿命は、男71・19歳、女74・21歳です。

健康寿命をのばす方法には、①有酸素運動をする。

30分程度のジョギング等、軽めの運動を週6日間ほどやる。

②野菜や魚、海藻を中心とした食事をとる。③睡眠をとる。

④人とのつながりを持ち、対話すること、が大切であると言われている。実は最近の研究から4番目の「人とのつながりを持ち、対話すること」が最も人を元気にする要因になっていることがわかった。よって「色々な活動に参加すること」を医療や介護関係の方々がすすめているのであります。また、二又診療所長 石木幹人先生は、運動すること、休養をとることが重要である。その十分な栄養を摂るためには、「かむ力」をしっかりと口から摂れるようにすることが大切であると話しておりました。

ご長寿の皆様の歩んでこられた人生に思いを馳せると、ご長寿の皆様は、大正、昭和と激動の世界を国家のため、郷土のため

と献身的に働き、艱難辛苦を乗り越え、今日の豊かな社会を築き上げられました。あらためて、心から敬意と感謝を申し上げます。心とともに、いつまでもお元気で、心豊かに過ごされたいと思います。最後に、ご祈念申し上げます。

★郷土史コラムについて
これまで気仙の郷土史を研究されている佐々木聖雄氏が平成24年7月20日発行の館報まつさき第212号から平成29年7月20日発行の第272号まで長きに亘り担当していただきました。大変な難うございました。8月21日の第273号から同じく気仙の郷土史を研究されている新沼紀三氏が担当することになりました。たのびよろしくお願い致します。

★「パソコン教室」(第7回)
日 時 10月7日(土) 13時30分~17時
場 所 ふるさとセンター 2階会議室
講 習 料 無料
内 容 家計簿、年賀状

★「草月流生け花」 教室開催
日 時 10月11日(木) 10時~12時
10月25日(木) 10時~12時
場 所 ふるさとセンター 2階会議室

講 師 末崎地区公民館 鈴木隆子さん
持 ち 物 花器・花ハサミ・剣山・水切りボール・タオル・ゴミ袋・新聞紙
費 用 花材代は実費となりますが講習料は無料です。
連 絡 先 鈴木隆子さん 電話29-13473
みなさまご自由にご参加下さい。

★「みやしの集い」
期 日 10月14日(土) 10月28日(土)
時 間 13時~16時
会 場 ふるさとセンター
※裁縫道具をお持ちください。「みなさま」ご自由にご参加下さい。

末崎町の石碑・祠・神社

2 庚申塔(庚申供養塔、庚申待)について~その1
(1) 庚申信仰
昔は年や日を、甲乙丙丁などの十干と子丑寅などの十二支を組み合わせた60通りの干支(えと)で表しました。その庚申(こうしん・かのえさる)の日の夜に行うのが庚申の行事です。
庚申信仰は、中国道教の三尸(さんし)説にあり、長寿延命を願ったものです。その内容は、人の身体には三匹の尸(し)という虫が棲みついていて庚申の日の夜、寝静まった間に身体から抜け出して天に昇り、その人の悪事を、寿命を司る天帝に告げろし、天帝はその軽重に応じて寿命を縮める、というものです。したがって長生きをしようと思ったら、庚申の夜は仏家では帝釈天(たいしゃくてん)および青面金剛(せいめんこんごう・しょうめんこんごう)を、神道では猿田彦(さるたひこ)を祭って寝ないで徹夜し、三尸が天帝に行くのを阻止する行事です。
庚申の行事をある期間続けたあかしとして建てた石碑が庚申塔です。ある期間とは、1年に6回(60日に1回、年5回と7回の場合もある。)、3年続けると、三尸が自滅するので、庚申塔をたてたと言われています。

(2) 庚申塔の造立年代
庚申の行事は平安時代の貴族階級から始まり、室町時代には庶民に広まり、江戸時代になって岩手県や気仙にも広まりました。
日本で最古の庚申塔は、埼玉県川口市実相寺の文明3年(1471)で、岩手県で最古のものは、水沢市の寛永12年(1635)です。
気仙内で一番古い庚申塔は、三陸町綾里字港、秋葉神社の万治元年(1658)で、県内では第2位に古いことになります。
旧大船渡市内で一番古い庚申塔は、末崎町細浦、長源寺旧参道の宝永5年(1708)で、県内では第33位になります。(紀)



左の庚申塔に刻まれている文字等
二世安楽 施主 長左エ門 彦左エ門 伊兵衛 弥助 与右エ門 源太 外
太陽 奉庚申供養 (梵字五字)
宝永五戊子年十月八日 長源寺 尊空 外

長源寺旧参道の庚申塔

★末崎体育協会主催
★「末崎町民文化祭」
本年度の末崎町民文化祭は下記の通り開催致します。多くの

★第22回(平成29年度)末崎町民文化祭
その他参加者全員に参加賞があります。

参加資格 末崎町民(誰でも可)
参加料 無料
参加申込 当日受付にて申込
※事前参加申込は 亀井まで(29-3141)

日 時 10月22日(日) 午前9時
※雨天の場合は後日行います。

会 場 小細浦グランドゴルフ場
参加資格 末崎町民(誰でも可)
参加料 無料
参加申込 当日受付にて申込
※事前参加申込は 亀井まで(29-3141)

★「みやしの集い」
期 日 10月14日(土) 10月28日(土)
時 間 13時~16時
会 場 ふるさとセンター
※裁縫道具をお持ちください。「みなさま」ご自由にご参加下さい。