

■自然に健康になる！！

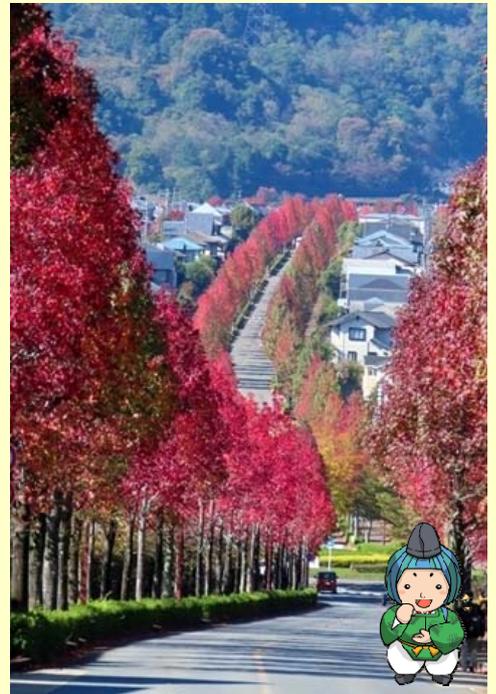
■5月12日、厚生労働省が「全国市区町村別2020年平均寿命」を公表し、マスコミでも取り上げられました。全国で最も長寿だったのは男女とも川崎市麻生区(あさおく)で、男性は84.0歳、女性は89.2歳でした。平均寿命が最も短かったのは残念ながら男女ともに大阪市西成区でした。

■川崎市は、麻生区の平均寿命が全国一となった要因として、「緑に恵まれており、区民の健康意識が高いこと」を上げています。市民アンケートからも、「15分程度なら歩くし、歩ける」と答える65歳以上の方が麻生区では88.2%と高く、喫煙、飲酒については、神奈川県や川崎市の平均よりも低くなっています。

■緑が多い良好な環境であること、「朝の体操ボランティア」など健康づくり、スポーツ、芸術、文化などさまざまな分野で住民主体の地域活動が活発に行われていることは、健康に直結すると考えられます。また、多摩丘陵に位置する麻生区は、ほぼ全域で起伏に富み坂道が多いこともあります。さらに公園の数は321カ所と、2位の宮前区に100以上の差。健康を意識しなくても生活しているだけで、運動になっていると思われれます。

■麻生区の例は、健康面からの地域づくり・まちづくりの参考となります。また、厚生労働省が示した「健康日本21(第3次)」(案)の中に、「自然に健康になれる環境づくり」という文言が盛り込まれました。次回機会があればはその点を中心に考えてみます。ちなみに、高槻市や大山崎町の方が島本町より平均寿命は長いです。

(写真は京都市桂坂)



■日赤募金、社協会員募集の結果

■6月9・10日、自治会費と同時に、日赤募金・社協会員の募集を行いました。皆様のご協力ありがとうございました。

日赤募金=49,500円／社協会員=50,600円

■特別なことをしなくても、自治会に加入しているだけで、社会と繋がる活動の一端を担うことができます。今後とも皆様のご協力を宜しくお願い申し上げます。

自治会リサイクル回収

毎月第一土曜日

今月は7月1日(土)

■6月の回収では6,455円の収入がありました。

■売上は公民館の維持管理等山崎自治会の活動に使用されます。

■これまでの「山崎だより」をスマホやパソコンで閲覧やダウンロードすることができます。配布版はモノクロですがこれはカラー版です。右のQRコードをカメラで読み込んでください。 QRコード⇒⇒⇒⇒⇒⇒



■山崎年長者クラブ

- 7月2日(日) 町内一斉清掃 / 「関大明神」 午前8時から
- 7月10日(月) 山崎年長者クラブ役員会 / 午前10時から
- 7月13日(木) SC 島本「夏の講演会」
(場所) ふれあいセンター 第4学習室 午後1時30分から
(内容) 「睡眠と健康の知恵袋」(講師) 地阪由紀さん(明治安田生命大阪北支社)
- 7月14日(金) 第4回「趣味の会」
(場所) 健康モール4F文化ホール / 午前10時から 無料
(内容) 「昔なつかしい縁日」の開催 手作り、魚釣り、輪投げ、的当て etc
- 7月28日(金) 「暑気払い昼食会」 / 午前11時30分から
山崎公民館 (会費)500円
参加申し込み 7月21日(金)迄に各班長さんへ

■山崎年長者クラブはコロナの一定の落ち着きが見られる中、行事等再開に向け各種団体とも相談しながら進めて行きたいと思っています。当面は例年行っていた行事を中心に考えていますが、それ以外に意見、要望があれば最寄の役員、班長さんにお声かけ下さい。

■山崎敬友会

- 閻魔川の清掃
7/2(日)9:00
公民館集合 / 小雨決行

★いきいき百歳体操★

- 毎週水曜日 公民館14:00~
- 会員以外の方の参加も大歓迎です
- 終了後、茶話会・輪投げゲーム等を行っています。会員以外の方の参加も大歓迎です。

■閻魔川にその名を残す、閻魔堂

■サントリー株式会社山崎蒸留所の見学施設周辺の再整備に伴って、閻魔堂跡の石碑、愛宕灯籠、地藏堂が移設工事中です。

■閻魔堂には閻魔王を中心に五冥官群像(重文)が安置されていました。特に閻魔像は平安初期小野篁(たかむら)自ら彫刻したと伝えられ、同人作の筑後古津・越中中野の像とともに日本三所の一つとして広く知られていました。明治初年、神仏分離で西観音寺が廃され椎尾神社となった際、門前町の人々が「閻魔堂は神社の社外」として存続を嘆願したが許されず、宝積寺(宝寺)に移築、五冥官群像も宝寺へ移されました。



昭和初期「サントリー」の様子
(「大山崎史叢考」より)



■「山崎通分間延絵図」(公民館に写真あり)には閻魔堂の後方の大門外の東側に灯籠一基が見えます。この灯籠が愛宕灯籠と見られています。

「山崎だより」は回覧板と一緒に回ります。各戸毎に一枚お取り下さい。