



「多久から発信！SDGs⑦」

「健康はすてきな宝物」

「64」にちなんで「むし歯予防デー」としていた6月4日からの1週間は「歯と口の健康週間」です。むし歯や歯周病などの予防を習慣づけ、歯の寿命を延ばし、健康の保持増進につなげることを目的としています。このような活動をきっかけに「健康」に関して、自身の行動を見つめてみることはとても大切です。

多久市内の義務教育学校では、普段の歯磨き指導に加えて「フッ化物洗口」を希望者対象に行っています。家庭でのブラッシングも丁寧に行われています。その成果として進級に伴い、虫歯の数が減少傾向となっています。

また、健康増進課では子どもの生活習慣病を予防するため「多久っ子検診」を5年生と7年生を対象に実施しています。検診を通して、食事のとり方や生活習慣そのものを見直す契機になっています。

日本では「平均寿命」と「健康寿命」は共に延伸していますが、2つの寿命の差は縮小していません。この2つの寿命の差を縮小させるためには、日々の生活習慣が重要です。豊かで充実した生活を過ごすためにも、栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠をとり、正しい生活習慣を定着させましょう。



連載

野の仏ギャラリー ③7

阿弥陀如来坐像

西多久町正善寺

光背、坐像、蓮華台が二石に彫られ、蓮華台は石柱の上部前面に造り出されています。頭部は螺髪で、口元の両側にえくぼ状の窪みが見えます。手は、左右の人差し指を背中合わせにし、親指を載せて輪を作る定印としています。阿弥陀は古代インドの言葉を漢字で音写したものです。銘には「世に(を)願い円満成就した日」と刻まれています。銘「文化三寅歳三界暗明燈十月十四願世圖成日」

【施主 當所掛村中】



- 如来は、真理に到達し修行を完成した者を称します。
- 定印は、精神を集中し心の中で覚(悟)る状態です。
- 銘の文化三寅歳は、西暦1806年です。
- 銘の三界は欲界色界無色界で、衆生が生まれ変わる世界です。

多久市郷土資料館長 藤井伸幸

市民文芸

短歌 《麦の芽短歌会 互選》

- ◆旅の初期代る代るに参加せし
同期生の面影なつかし
尾形 節子
- ◆失った夢の数だけ立ち上り
短歌にして来た道にして来た
野崎 隆幸
- ◆息絶えし幼子抱き泣き沈む
涙キーウの空に吸われる
浦野 嘉恵
- ◆百までも元気で生きる希望もち
百才体操仲間と笑顔
梶原恵美子
- ◆寝ねがたき夜は灯して本を読む
眠りが吾れを誘い来る迄
川浪 信子

俳句 《大石ひろ女選》

- ◆リズムよく媼十指で蕨揉む
武富 律子
- ◆客もなく客にもならず春の近く
中嶋 清子
- ◆青麦の畑のさざ波聞きあたり
富樫 明美
- ◆山里の棚田に水の張られけり
本村 則子
- ◆牡丹に友の会話のはずみけり
おおやはな

川柳 《多久川柳会 互選》

- ◆主婦の鑑荒れた手肌光つてる
三塩不二子
- ◆知床の海に無念の供花浮く
高塚チカ子
- ◆オスブレイドうなるやらと
田中 正春
- ◆春が来た草は遠慮のない背伸び
西山 残月
- ◆通販の石も浮くよな コマーシャル
井上 東子