

..... コラム あわら市の文化財・史跡探訪

第 24 回 市指定文化財 安楽寺のイチヨウ

北潟の安楽寺は、白山を開山した泰澄によって開基したと伝わっています。

また、『越前国名勝志』に真言宗の古跡寺院の一つとして記述があり、隆盛期をしのばせる仏像が多く残されています。

境内にあるイチヨウは、樹冠が東西 19.5 m、南北 17.8 m、樹高 26.1 m、幹廻 3.8 m、根廻 5.7 m と巨木です。地域の信仰の中心である安楽寺にこのような巨木があることから、昭和 54 年 10 月 27 日に天然記念物に指定されました。

紅葉の時期には、葉が黄色に色づいて見る人を楽しませてくれることでしょう。



▲安楽寺のイチヨウ
市指定文化財（天然記念物）

令和元年度第 2 回ふるさと講座 開催！

普段何気なく見ている景色の中にも、見る角度を変えると見えない風景が広がることがあります。そのような埋もれている風景を、当館学芸員のセレクトで紹介します。

とき 12月8日(日) 13時30分～
ところ 金津本陣 IKOSSA 3階 研修室1
演題 ふるりの風景
講師 九千房 英之(当館学芸員)
参加費 無料
定員 30人(申し込み不要)



▲多賀谷左近の屋敷跡の風景(山十楽) ▲日吉神社の連理木(二面)

郷土歴史資料館(金津本陣 IKOSSA 2階)
休館日 月曜日・第四木曜日(祝日の場合はその翌日)

開館時間 9時30分～18時(最終入館17時30分)
問合せ ☎73-5158 FAX 73-1038 ✉maibun@city.awara.lg.jp

糖尿病予防教室開催！
(詳しくは10ページをご覧ください)

生活習慣を見直そう！(糖尿病予防)

問合せ 市民課 ☎73-8015

あなたの血糖値は？
年に1回の健診を受け、血糖値などの健康状態を確認することが大切です。40～74歳の国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者は、市で実施する健診を受けることができます。

集団健診【表1】
市民課にお申し込みください。
県内指定医療機関にお申し込みください。

受診【期限】令和2年2月29日(土)
健診で分かるHbA1c値は、過去1、2カ月の血糖値の状態を表します。【表2】

生活習慣病の一つである糖尿病
血液中のブドウ糖が増えすぎた状態を高血糖といいます。高血糖の状態が慢性的に続くと、糖尿病を発症します。自覚症状がないからといって放置すると、血管をはじめとする臓器が侵され、合併症を発症します。

3大合併症
高血糖の状態が続き、細い血管が傷つけられる病気
・糖尿病性網膜症(失明の危険)
・糖尿病性腎症(腎不全の危険)
・糖尿病性神経障害(足のしびれや壊疽の危険)

糖尿病性腎症は、腎臓の血管が傷み、機能が低下した状態です。悪化すると、人工透析や臓器移植が必要で、身体や日常生活に大きな負担がかかります。

日程	受付時間	会場
11月18日(月)	8時～10時	中央公民館
11月24日(日)		保健センター
12月8日(日)		
2月2日(日)		

▲【表1】

糖尿病	HbA1c (NGSP)	空腹時血糖
糖尿病域	7.0%～	126mg/dl～
境界域	6.5～6.9%	110～125mg/dl
	6.0～6.4%	
正常	5.6～5.9%	100～109mg/dl
	～5.5%	～99mg/dl

▲【表2】

血糖コントロールで重症化・発症を予防しよう！
血糖コントロールをする上で、肥満と喫煙は、大きな妨げとなります。肥満の人は高血糖になりやすく、高血糖と肥満が重なると病気のリスクも高くなります。肥満の人は、減量から始めましょう。喫煙習慣のある人は、今すぐ禁煙をしましょう。喫煙は、血管を傷つける最大のリスクです。
生活習慣の改善が血糖コントロールの鍵となります。食べ過ぎ、飲み過ぎを避け、適切な量で栄養バランスの良い食事を取ることが重要です。また、運動は、血糖値を下げる効果があります。筋力がつくと、基礎代謝が高まり、血糖値が上がりにくくなります。日常生活に、体を動かすことを取り入れていきましょう。

集団健診
カレンダー

あわら市表彰・教育委員会表彰

11月2日(土)、あわら市役所で令和元年度あわら市表彰・教育委員会表彰を行いました。表彰を受けられたのは、各分野で長年の功績のあった人や、国体で活躍された人、多額の寄付をされた団体など、次の皆さんです。おめでとうございます。



- ★市表彰 ▲敬称略・順不同▼
- 【功労表彰】
東川 継央(波松)
中沢 俊昭(光明)
丸山 美津子(中川)
宮川 志づ江(古)
桐明 輝子(舟津温泉)
- 【一般表彰】
あわら市日本中国友好協会
株式会社SHINDO
- ★教育委員会表彰 ▲敬称略・順不同▼
- 【功績賞】
山下 友理子(舟津)
- 【功労賞】
田川 利治(重義)
見澤 孝保(北潟西)
吉村 博嗣(稻荷山)
- 【奨励賞】
金津三弦会
藤井 鈴子(福井市)
中瀬 勝則(名泉郷)
堂前 秋晴(権世市野々)
岡田 真里(東温泉)
奥 春孝(城新田)
- 問合せ 総務課 ☎73-8001
教育総務課 ☎73-8039

- 各コンクールの入賞者の発表
- 防犯ポスター・作文
- ポスター308点、作文136点の応募がありました。
- ★防犯ポスターの部
最優秀賞(あわら市長賞)
坂井 一路(北潟小2年)
森川 可菜(金津小5年)
高橋 彩未(金津中3年)
あわら地区防犯連絡協議会長賞
出蔵 怜太郎(金津小3年)
福井県金融機関防犯協会
あわら支部長賞
遠藤 詩歩(金津小5年)
青少年健全育成あわら市民会議会長賞
出蔵 理遥(金津小6年)
あわら地区コンビニエンスストア等防犯協会長賞
坪田 陽愛(金津中1年)
ゆづりと輝く市民の会長賞
中本 望愛(金津中3年)
- ★防犯作文の部
最優秀賞(あわら警察署長賞)
伊藤 悠樹(芦原小4年)
高嶋 志帆(芦原中2年)
あわら市教育長賞
滝川 柚葉(金津小6年)
あわら警察署少年警察協助力会長賞
荒山 京桜理(金津中1年)
- 問合せ 総務課 ☎73-8040

- 「社会を明るくする運動」習字・ポスター
- 習字974点、ポスター49点の応募がありました。
- ★習字 小学校の部
最優秀賞 高橋 怜奈(伊井小5年)
優秀賞 村 優成(金津小6年)
安父 芽衣(金津小4年)
渡邊 彩花(金津東小5年)
原 唯月(金津東小6年)
水上 愛彩(金津小6年)
- ★習字 中学校の部
最優秀賞 雲電 七瀬(芦原中2年)
伊藤 花恵(金津中3年)
堀江 晴愛(芦原中1年)
北島 未紗音(金津中1年)
廣部 愛来(金津中1年)
黒川 夢加(芦原中2年)
角田 希来(金津中2年)
清水 瑞希(金津中2年)
山本 宇京(芦原中3年)
恒本 杏莉(金津中3年)
- ★ポスター 小学校の部
最優秀賞 山崎 琴心(芦原小5年)
優秀賞 矢田 慶太(金津東小4年)
伊藤 綾佐子(芦原小6年)
三浦 美春(金津小6年)
- ★ポスター 中学校の部
最優秀賞 堀江 晴愛(芦原中1年)
宮崎 遥(金津中2年)
吉田 侑里菜(芦原中1年)
上出 梨乃(金津中3年)
上村 瑞佳(金津中3年)
持川 快梨(金津中3年)
- 問合せ 福祉課 ☎73-8020

