

深ぼり！あわら市の蓮如さん伝説① 吉崎の謎めいた女性たち

このコラムでは、一般社団法人京都アジア文化交流協会代表理事を務める田井野章浩さんが、吉崎やあわら市に遺る蓮如さん伝説の裏に秘められた歴史を、全6回のシリーズで深ぼりしていきます。田井野さんは佛教学卒業後、吉崎の蓮如上人記念館を運営する本願寺文化興隆財団総務部長などを歴任されました。蓮如さんが吉崎道場を建立した翌年の文明4年(1472)、高貴な女性たちが「罪業深い身ですが、仏の教えで往生を願いたい」と蓮如さんを訪ねてきました。蓮如さんの説法に心を打たれた彼女たちは涙ながらに礼を述べて立ち去りますが、その後、一人は鹿島明神の森へ、ほかの女性たちも沿道の神社ごとに姿を消し、最後に最も気高く見えた女性は白山のふもとで消えたといわれます。これは、『蓮如上人縁起』に記された、鹿島や白山などの神々が姿を変えて現れ、蓮如さんに救われたとする法力譚です。

さて、ここから「深ぼり！あわら市の蓮如さん伝説」です。比叡山の弾圧を逃れて吉崎に来た蓮如さんは、その後も白山信仰を背景に強大な力を持つ比叡山末寺の動向を強く警戒していました。「諸法を誹謗すべからず」と御文に記すほど、宗教勢力への配慮は切実だったのです。しかし、長祿合戦による平泉寺や豊原寺の衰退、さらに文明6年(1474)本願寺初の一揆では白山勢が味方についたことで、その不安は次第に解消されていきました。この伝承は、白山信仰の人々が雪崩を打って吉崎道場に集い、北陸で威勢を誇った旧仏教勢力が本願寺へと取り込まれていく時代の流れを象徴的に伝える譬え話なのです。



鹿島の森と北湯湖 ▶

郷土歴史資料館 (金津本陣 IKOSSA 2階)
休館日 月曜日・第4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

健診名	対象者	健診料金	交換ポイント
一般健診	20～39歳	1,300円	650
肺がん検診	20～69歳	200円	100
	70歳以上	100円	50
大腸がん検診・骨密度検査	20～69歳	500円	250
	70歳以上	200円	100
子宮頸がん検診	41～69歳	600円	300
	70歳以上	300円	150
乳がん検診	40～69歳	1,000円	500
	70歳以上	500円	250
前立腺がん検査	50～69歳	600円	300
	70歳以上	300円	150
胃がんリスク検査	20～69歳	1,000円	500
	70歳以上	500円	250

1ポイント=1円



▲ ゆ～iカードの詳細はこちら

「ゆ～i夢カード」のポイントで
お得に健診が受けられます！

ゆ～i夢カードのポイントを使って、各健診が半額相当で受診できます。あわら市商工会で、ご希望の集団健診券と交換してください。なお、集団健診は予約制です。受診希望日10日前までに健康長寿課へお申し込みください。

▼ 健診券の交換場所
あわら市商工会 ☎ 73-0248
▼ 問合せ 健康長寿課 ☎ 73-8023

20歳になったら国民年金

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の人は、国民年金の被保険者(加入者)となります。20歳になった人(厚生年金保険に加入している人を除く)には、日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」、「国民年金保険料納付書」、「保険料の免除・納付猶予及び学生納付特例申請書」、「基礎年金番号通知書」が送付されます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。福井年金事務所までお問い合わせください。

▼ 問合せ 福井年金事務所
お客様相談室

☎ 23-4518



▲ 国民年金制度動画

春の乾燥期 火災にご注意を！

▼ 火災予防のポイント

- ・コンロ使用中はその場を離れず、火の消し忘れに注意する。
- ・たばこの吸い殻は確実に消火し、投げ捨てをしない。
- ・バーベキューやたき火の後は、完全に消火したことを確認する。
- ・家の周囲に燃えやすい物を置かず、放火されにくい環境をつくる。
- ・電気コードは束ねたまま使用せず、傷んだコードは交換する。
- ・コンセント周辺のほこりを除去し、たこ足配線をしない。

▼ 問合せ 嶺北消防本部 ☎ 51-8435

健康ひとくちメモ

問合せ 健康長寿課 ☎ 73-8023



みんなに知ってほしい飲酒のこと

楽しくお酒を飲むことは、ストレスの解消などの良い面もありますが、適正量を超えると、アルコール依存症や生活習慣病、肝疾患、がんなどの発症リスクが高まります。お酒の適正量を知り、健康に配慮した飲酒を心掛けましょう。

お酒の影響を受けやすい3つの要因

- **年齢**：高齢者は、若い頃と同じ飲酒量でもアルコールの影響が強くなりやすく、転倒・骨折・筋肉量の減少などの危険性が高まります。また、20代は脳が発達途中であるため、健康問題のリスクが高まる可能性があります。
- **性別**：女性は、体内で分解できるアルコール量が少ないため、男性に比べてアルコールの影響を受けやすい傾向があります。
- **体質**：体内の分解酵素の働きの違いにより、顔が赤くなったり、動悸や吐き気を引き起こしたりすることがあります。



健康に配慮したお酒の飲み方

- ① 自分の飲酒状況を把握する
- ② あらかじめ量を決めて飲酒する
- ③ 飲酒前や飲酒中に食事をとり、飲酒中は水を飲む
- ④ 1週間のうち、飲酒をしない日を設ける

生活習慣病のリスクを高める1日の飲酒量

アルコールは、お酒の量(容量)ではなく、純アルコール量を意識することが大切です。純アルコール量をチェックできる「アルコールウォッチ」も活用してみましょう！



【疾病別の発症リスクと飲酒量】

疾病名	純アルコール量
高血圧	少量の摂取でもリスクが上がります
大腸がん	週に150g以上摂取するとリスクが上がります
乳がん	週に100g以上摂取するとリスクが上がります

▲ 「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン(厚生労働省)」より抜粋
※ 上記の他にも、飲酒により発症リスクが上がる病気があります。

お酒を減らすと…

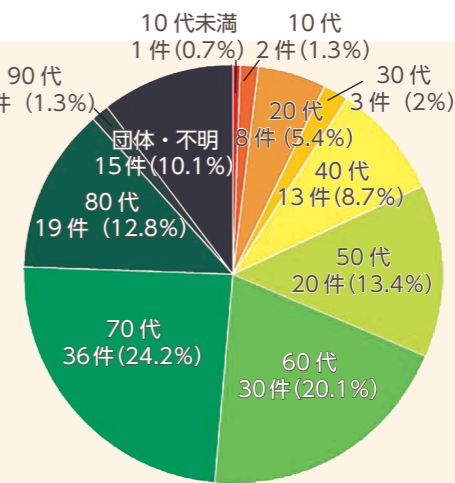
血圧が下がる、体重が減る、肝機能が改善する、血糖値が下がる、尿酸値が下がるなど、さまざまな良い効果が期待できます。

令和7年度消費生活相談の状況

消費者センターが令和7年度に受け付けた相談件数は149件でした(前年度比37件増)。年代別では、契約当事者が70代の相談が最も多く36件(24.2%)でした。契約購入形態別では、インターネット通販が53件(35.6%)と最も多く、年々増加しています。また、SNS広告をきっかけにトラブルとなった相談が目立ちました。

〈こんな相談がありました〉

- SNS広告で「1回限り」と表示された育毛剤を注文したところ、実際は定期購入だった。解約は電話のみで、混み合っていてつながらず、解約できない。
- 動画配信サービスで紹介されていた充電式草刈り機をインターネット通販で注文し、代金引換で受け取ったが、刃しか入ってなかった。返金を求めようにも、販売店と連絡が取れない。
- 以前購入した羽毛布団の点検として訪問を受け、リフォームを依頼したところ、代金が高額だった。後に、購入した事業者とは無関係の事業者と契約していたことが判明した。
- 副業を探してSNSで「いいね」を押したところ連絡があり、簡単な作業の副業を開始。その後、暗号資産取引を勧められ、借金をして送金したが、出金時に高額な手数料を請求された。



5月は消費者月間です。今年のテーマは、「見える情報 見えない仕組み～AI時代の消費者力を高めるために～」です。5月25日(月)～29日(金)までの期間中、市役所1階ロビー「あわら賢沢スペース」にて、消費生活に関するパネル展示を行います。ぜひお立ち寄りください。

困ったときは一人で抱え込まず、消費者センターへご相談ください

問合せ 消費者センター ☎ 73-8017 ✉ seikatsu@city.awara.lg.jp
消費者ホットライン ☎ 188 (局番なし) 「泣き寝入りは、いやや(188)！」



消費者庁 消費者ホットライン188
イメージキャラクター「イヤヤン」