

今の道路に見る戦国時代の名残

石川区には多くの古絵図が伝わっています。その中に江戸時代後期の天保12（1841）年に作成された大きな絵図には家並み・社寺・有用樹木などがとても詳細に描かれており、具体的な情報を読み取ることができます。

「道」をよく観察すると、不自然にクラシック状に屈曲した部分があることに気づきます。このクラシックの謎解きは、江戸時

代前の大戦時代にあります。背後の山中には石川城があり、このクラシックは城下の防衛のために、故意に道を屈曲させたものである可能性が高いです。

（与謝野町教育委員会）



皆さん、こんにちは。加悦中学校ALTのダークです。4月となり春がやってきました。日本の春は過ごしやすい気候だけではなく、多くの美しい花が咲き、とてもすばらしい季節なので今年も楽しみたいと思っています。今年の冬は「雪」について印象深い出来事があつたので、話しをさせていただきます。

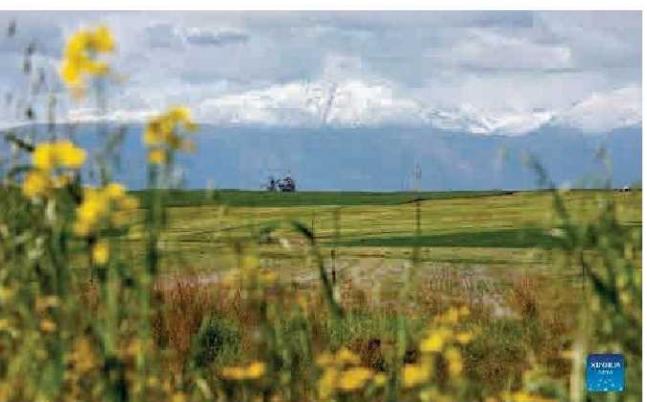
以前、学校で子どもたちに「雪が好きか?」と尋ねたことがあ

り、約3割の子どもたちは「雪が好きではない」と答え、とても驚きました。なぜなら、私の母国である南アフリカでは、雪はとても貴重ですばらしいものであり、すべての人々が大好きだからです。南アフリカでは雪が降る地域は極一部であり、毎年冬になると美しい雪を見るため国中から雪の降る地域につめかけます。この際、大渋滞が起きますが、それでも美しく神秘的な雪を見たいのです。

私の母校の近くにも雪が降る高山（標高2077m）があり、山が雪化粧した姿を校舎から眺めでは、友人とまだ触れたことがない雪について熱く語り合いました。ある日、父はしつこく雪が見たいとせがむ私と妹の熱意に負け、高山へ連れて行つてくれました。道中、曇りの大きさの雪の塊を見つけて、私と妹はとても興奮しました。今までにないほどカメラのシャッターを切り、小さな雪だるまを作つて車の中に持ち込みました。一面雪で覆われた場所に着いた際には、天国に来たのかと思わずにはいられませんでした。それほどまでに雪は、南半球に住んでいる人にとって特別な存在なのです。

今回の冬は、雪の降る回数こそ少なかつたですが、今までに経験したことがないほど雪が降りました。朝、雪かきをして出勤し、帰ると雪かき一。一日を終えたころには全身筋肉痛になり、雪のイメージは一転して悪印象となっていました。これが約3割の子どもたちが「雪が好きではない」と言っていたことかと納得しました。

今年の大雪を経験し、雪へのイメージが多少変わりました。皆さんのおすすめの雪化粧が見られる場所があれば、ぜひ教えてください。



かと思わずにはいられませんでした。それほどまでに雪は、南半球に住んでいる人にとって特別な存在なのです。

今回の冬は、雪の降る回数こそ少なかつたですが、今までに経験したことがないほど雪が降りました。朝、雪かきをして出勤し、帰ると雪かき一。一日を終えたころには全身筋肉痛になり、雪のイメージは一転して悪印象となっていました。こ

●原文を公開

In South Africa it mostly snows on certain mountains and some towns. Whenever a heavy snowfall happens people flock from everywhere to have their day building snowmen and having snowball fights. It only lasts for a few days so it usually gets quite crowded. The traffic is night unbearable but the pure magic of the snow ensures a steady stream of people looking for their bit of Christmas in July.

フレイル予防体操

No.6

もも上げ

問 保健課 ☎ 43-9022

運動の注意点

- 無理をせず痛みのない範囲で、少しづつ休みながら行う。
- 運動時は息を止めずに自然な呼吸を心がける。
- 体調の悪いときは決して無理をせずに休む。
- 椅子や机を使用するときは安定したものを使い、パイプ椅子やキャスター付きの椅子など、軽いものや動くものは使用しない。

手順 (左右 40回×2回)

- ① ひざを曲げたまま太ももを体に引きつけるように持ち上げる
- ② 反対側も同様に行う

POINT!!

背中をなるべく伸ばして前屈みにならないように注意！

つま先を引き上げておくと、より効果的です。

