

ちから スポーツの力 ～する・みる・ささえる～

スポーツの日

◆10月10日(月)はスポーツの日

1964(昭和39)年に日本で初めて夏季オリンピックが開催され、その開会式が10月10日であったことから、スポーツに親しみ健康な心身を培う日として1966(昭和41)年に「体育の日」として制定されました。

2000(平成12)年には、「ハッピーマンデー制度」で10月の第2月曜日に変更され、2020(令和2)年には現在の「スポーツの日」に改名されました。

10月は、気候も良くスポーツに適した時期です。皆さんも、スポーツで爽やかな汗を流しませんか。

◆スポーツ中はこんなけが多い

「スポーツ外傷・障害予防ガイドブック(公財)スポーツ安全協会発行)」によると、発生頻度が多いけがは、①手・指の突き指、②足関節捻挫、③膝関節の捻挫・損傷で、全体の4割以上を占めています。

これらのけがは、スポーツをする前に十分な準備運動をし、筋力を向上させることで予防できます。日常的な運動の中でも少しのトレーニング意識を持つことで筋力増加にもつながります。

市では、独自の創作体操である忍にん体操が「体が温まる」「肩こりが楽になる」と好評です。忍にん体操を継続して行うことで、健康の増進と生活の質の向上を図ることができます。

皆さんもけがの予防として運動の前の準備体操にぜひ忍にん体操を活用してください。

【問い合わせ】

スポーツ振興課
☎ 22-9635 FAX 22-9694
✉ sports@city.iga.lg.jp



忍にん体操



スポーツ外傷・障害予防ガイドブック

明日に向かって ～差別をなくしていくために～

人権について考えるコラムです。

カラフル —医療福祉政策課—

子どもが「じんけん」について学び始めたころ、保育園で学んだことをスポンジが水を吸うように素直に吸収し、キラキラした瞳で「おかあさん、男の子も女の子も、好きな色を選んでいいんだよ。好きな格好をしていいんだよ！」と、教えてくれる姿に感動したことがありました。

ところが、何年か経って、「女の子(男の子)なのにこんな格好(色)おかしい」という発言をすることがあり、その都度、「そんなことはないよ、男の子でも女の子でも、好きな格好(色)を選んだらいいよ」と伝えてきました。小さい時はそんなこと言わなかったのにと、少し残念な気持ちでした。

ある日、子どもがピンク色の服を着た友だちと仲良く遊んでいて、あとで子どもにその子の話を聞きました。すると、私が女の子だと思い込んでいた子は、男の子だったのです。頭ではわかっていたつも

りでも、「ピンク色の服を着ている=女の子」という固定観念を持っていたことに気づき、自分が恥ずかしくなりました。

以前に比べて衣服や持ちものも、男の子でも女の子でも選べる色や種類が増えてきました。例えばランドセルもカラフルになりました。それでも、メーカーや販売店が「男の子向け」「女の子向け」と分けていることがあります。選ぶ時は、「こっちの色の方がいいよ」などと親がつい口を出してしまうケースも多いかもしれません。

うわべだけのカラフルではなく、子どもたちが、本当に好きな色を選ぶことができる環境をつくっていく必要があります。まずは、自分が気づかいうちに持ってしまう固定観念に気づくことから始まります。そして、誰もが好きな色、好きなものを選び、認め合える社会にしていきたいと思ひます。

■ご意見などは人権政策課 ☎ 22-9683 FAX 22-9641 ✉ jinken-danjo@city.iga.lg.jp へ

伊賀市の文化財 142

福居町 榎車前水引幕新調

国指定重要無形民俗文化財 ユネスコ無形文化遺産登録 上野天神祭のダンジリ行事

福居町榎車には、「西園雅集図記」と「三十六歌仙図」の2種類の水引幕があります。「西園雅集図記」は、幕の裏地の墨書から、文政8(1825)年9月に製作されたものと見られ、同時に榎車そのものが文政8年につくられたと推定されています。そして弘化4(1847)年8月に改修されたことが分かります。「三十六歌仙図」は、収納箱蓋の墨書から、弘化4年に製作されたものと見られています。「西園雅集図記」を製作してからわずか22年で、「三十六歌仙図」を製作しているのは、榎車の改造により、榎車の背丈が高くなり、寸法が合わなくなったことが考えられます。

「西園雅集図記」も「三十六歌仙図」も経年劣化による損傷が著しく、このままの状態では榎車の巡行に支障をきたす恐れがあることから、「西園雅集図記」の内、前幕の「西園雅集図」を、「国指定重要無形民俗文化財 上野天神祭のダンジリ行事 民俗文化財伝承・活用等事業」として令和元年度から3年度にかけて、復元新調事業を行いました。



復元した「西園雅集図」

この事業は、国・県・市の補助と指導を受け、京都市の織物会社と刺繍工房が製作を請け負い、令和4(2022)年3月12日に完成しました。

今後は、残り3面の水引幕「図記の図」も復元修理していく予定です。4面とも完成した時には、新調した幕での巡行にご期待ください。

文化財課
☎ 22・9678 FAX 22・9667

IGAMONO セレクション No.3C

【問い合わせ】 商工労働課 ☎ 22-9669 FAX 22-9695

伊賀盆地特産の白瓜の芯を抜き、その中にしそ、生姜、大根などを細かく刻んだものを詰め、秘伝のたまり醤油にて自然熟成させたお漬物です。

「養肝漬(ようかんづけ)」というネーミングは武士や忍者が陣中に常備し、「肝(たまり)を養(う)う(土気を養う)」漬物ということから命名されました。そのなかでも、2年間熟成した本製品は時間の長さが生み出す本物の味を楽しめるものとなっています。



養肝漬 二年熟成



養肝漬宮崎屋株式会社
宮崎 遥菜さん、宮崎 慶一さん

伊賀地方は、布引山系、鈴鹿山系を背後に水は伏流水に恵まれ、また伊賀盆地の寒暖の差のある気候は霧深く、酒や漬物などの醸造に独特の影響を与えています。慶応元年に創業し、6代に渡り養肝漬を造りつづけて参りました。現在も明治時代に製作された大型木製樽を使用し、こだわりのある醸

造をしています。近年では、秘伝のたまり醤油を使用した「たまりしょうゆアイス」や「養肝漬ドレッシング」の開発などにより、若い世代へ伝統の味を広めることにチャレンジしています。

