

# 高原山ものがたり⑥

このシリーズも今回をもって終了となります。高原山についての理解を深めていただけたでしょうか。しかし、まだまだ調査を要する箇所が多くあります。今回は、その一部を紹介していきます。

まずは、明治の博文豪と謝野晶子が詠んだ高原山の歌です。晶子は夫の鉄幹と共に、明治四三年と昭和九年の二回塩原温泉に宿泊しています。

①嵐たち高原山の雪もまた

霧に引かれて動きこそすれ

②水を越え岩に至ると胸おどる

高原山を得しようにわれ

③かしこにて高原山が呼ぶならず

桜の下なる楳の本なる

④高原の山の雪ほどきはやかに

霜ぞ置きたる近江屋の屋根

⑤川上をさしてはしらぬ魚も無し

高原山は雪降るものを

※このほかに数首あり。

**要調査一** この中の⑤は蒲須坂駅前から詠んだものと伝えられています。それでは他の歌はどこで詠まれたものなのでしょうか。

**要調査二** 釈迦ヶ岳の南麓には、寺山観音寺の前身である法楽寺が建てられていたとされ、今でも「寺の在所」という地名が遺されています。果たしてその地はどこなのでしょう。

**要調査三** 明治三十年代後半に、学

校平には「奥村尋常小学校」が建て

られ、二人の教師と生徒が五十人ほど在籍していました。この跡地はどこなのでしょう。

**要調査四** 明治四十年

代に、軍馬を養成するための「白河軍馬補充部泉出張所」が現在の高原開拓地内に設置されました。牧場の面積は、東西合わせて約五千ha。その周囲に高さ二m総延長で約五十kmの土塁が築かれました。その後、大部分は崩壊してしまいましたが、ざっと見渡しただけでも十kmは遺されていると思われれます。

**要調査五** この土塁を築くにあたり

民有地との境界に「陸軍用地」という石碑を建てており、現在六基が確認されています。しかし、あの広大な山中にはまだたくさん遺されていると思われれます。

そこで今回、要調査

の三から五の調査を左

記のとおり開催いたします。

(T・S)

【高原山探検隊】  
日時：五月十八日(土)  
八時～十二時

集合場所：山の駅駐車場

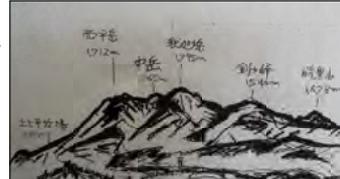
※ハイキングができる服装でお越しください。

申込み：白石(矢板市文化財愛護協会

〇九〇(四〇二四)一七四三

〇九〇(四〇二四)一七四三

〇九〇(四〇二四)一七四三



# 延ばそう健康寿命！プロジエクト⑤

これまで、健康寿命を延ばすために食事や運動についての工夫を紹介してきました。今回はプロジエクト最終回として、健康寿命とも深く関わる喫煙の弊害について紹介します。

男性は肺ガンがガン死亡のトップで、女性は大腸ガンに次いで肺ガンが第二位です。喫煙がその最大要因とされていることはご存じのことと思えます。

【ニコチンによる致死量】

タバコの煙には約四千種類の化学物質、約四十～五十種類の発がん性物質が含まれています。有害物質の中で最も毒性が強いのがニコチンです。成人の径口致死量は約四十mgで、タバコ二～三本に含まれる分量であるといわれています。

ニコチンは血管を収縮させるため、血流が悪くなり、心疾患や脳疾患を招く原因となります。また、中枢神経や末梢神経に作用して、ドパミンの分泌を促し、神経細胞を興奮させます。タバコへの強い依存性はこのドパミンがもたらす快感によるものです。

【受動喫煙について】

副流煙による受動喫煙は家族、友人、同僚など周囲の人の健康も害します。厚生労働省によると、吸っている本人が吸い込む主流煙はフィルタを通して酸性になり、刺激も少なくなりますが、副流煙は熱焼温度が低いため不完

全燃焼になりやすく、フィルタを通していないため有害成分の濃度が高くなるといわれています。ニコチンやタールは主流煙の数倍、アンモニアに関しては数十倍にもなります。

【子どもへの影響】

ニコチンの有害作用は母親よりも子どもの方が深刻で、妊娠中に喫煙した母親から生まれた子どもは、多動性障害(ADHD)やうつ病、薬物依存症の発症率が高いことが指摘されています。

赤ちゃんの出生時の平均体重が年々減少傾向にあり、現在十人に一人の割合で低出生体重児が生まれているといわれています。

妊娠適齢期の女性の過度なダイエットや喫煙が関係していると考えられています。健康寿命を延ばすためには、まず禁煙です。喫煙による疾患リスクの軽減を日ごろから心がけることが大切です。本人だけでなく、周囲の人にも影響を与える問題です。これを機にタバコをやめてみませんか？

(T・O)

(編集後記) 今回が平成最後の発行となります。皆様にとって平成はどんな年でしたか？暖かな春の陽射しとともに新しい年号が始まります。希望を持ち日本が、世界が平和であることを祈りたいです。そしてかわら版が皆様へ少しでも役立つことを願って…。(R・K)

(編集後記) 今回が平成最後の発行となります。皆様にとって平成はどんな年でしたか？暖かな春の陽射しとともに新しい年号が始まります。希望を持ち日本が、世界が平和であることを祈りたいです。そしてかわら版が皆様へ少しでも役立つことを願って…。(R・K)

