

老人福祉センター琴の橋 人と人とのかけ橋 ふれあいフェスティバル

「ともに創ろう夢作品 万華鏡で楽しい夢を」

- 日時/7月15日(火) 午前10時30分～午前11時45分
- 対象/60歳以上の向日市民40人
- 参加費/250円

「私たちと食彩のひととき」

子どもたちと一緒に学校給食を味わってみませんか。

- 日時/7月15日(火) 午後0時30分～1時10分
- メニュー/ビーフカレー、フルーツヨーグルト和え、牛乳
- 対象/60歳以上の向日市民25人
- 参加費/215円

講座「育てることによって育てられる」

育む心と感性を豊かに輝かせてみませんか。

- 【第1回】●日時・テーマ/7月15日(火) 午後1時30分～3時、「人はなぜ植物によって癒されるのか」
- 【第2回】●日時・テーマ/7月16日(水) 午後1時30分～3時、「みんなでつくるふれあいの庭」

「にっこり寄席 落語でスマイルこころの休養」

- 日時/7月16日(水) 午前10時～11時
- 内容/落語家桂都んぼさん他による落語
- 対象/向日市民(60歳以上の方に限りません)

「憩いの広場コンサート」

ピアノとソプラノのひととき

- 日時/7月17日(木) 午後1時30分～2時30分

「いきいきワクワクふれあい広場」

- 日時/7月18日(金) 午後1時～3時
- 内容/遊びのコーナーとお茶席のコーナーでのふれあい
- 対象/向日市民(60歳以上の方に限りません)

7月17日に開催を予定していましたが「からだに優しいフィットネスダンス」は都合により取り止めとなりました。

お問い合わせ 老人福祉センター琴の橋
第4向陽小学校内(向日市寺戸町三ノ坪20) ☎924-0800

あなたは 喫煙派・禁煙派

考えよう! 「からだ・暮らし・タバコ」 健康 HEALTH

4 タバコは知らないうちにあなたの酸素を奪っています

タバコには4000種類以上の有害物質が含まれています。代表的な有害物質として、ニコチンやタールの害はよく知られていますが、一酸化炭素も身体に有害な働きをします。

■タバコで肌が枯れるわけ■

人間の身体は、60兆個の細胞からできています。その、細胞一つ一つに酸素がいきわたらないと、生きていけません。その、酸素を運ぶ役割をしているのが血液中にあるヘモグロビンです。ところが、タバコの中の一酸化炭素は、酸素を押しつけてヘモグロビンとくっつく性質があります。だから、酸素の配達ができません。つまり酸素欠乏になるわけです。その影響を強く受けるのがお肌です。肌のみずみずしさが保たれているのは、栄養分となる酸素が、細胞のすみずみまでとどけられているからです。酸素

の行きわたらないお肌は枯れるしかないのです。

■タバコは血管も傷めます■

ヘモグロビンとくっついた一酸化炭素は、お肌を枯れさせるだけではなく、赤血球も固くします。固くなった赤血球は、血管の壁を傷つけたり、細い血管に詰まったり、と身体のあちこちで悪さをします。その結果、動脈硬化をおこし、ひいては脳梗塞・心筋梗塞といった病気を引き起こします。

■タバコを止めると体力がつきます■

タバコの中の一酸化炭素は、これまで喫煙者をずっと酸欠にしていました。だから階段も「よっこいしょ」、ちょっと走ると「ゼーゼー、ハーハー」だったのです。私は大丈夫というあなた、実はもっと勢いよく階段を駆け上れていたかもしれません。タバコを止めると体力がつくこと確かです。

今回は「受動喫煙」についてです。



お問い合わせ 健康管理課(内線333、338、339、357)



BOOKS INFORMATION 新着図書のご案内

PICK UP

【児童図書】



しりとリズム

じゅてん作、オオノヨシヒロ絵
PHP研究所
「チキン」と「たらこ」が
おどったり、曲芸したり、
しりとあそびを
くりひろげます。

一般図書

- 世界のなぞなぞ 藤川雅行・著 こどもくらぶ・編 今人舎
- パイオニアとなった挑戦者たち ニュートンプレス
- 日本の島 平凡社
- 転職力 和田秀樹・大塚寿・著 PHP研究所
- ニキビと上手にさよならする本 津田摂子・著 講談社
- 新米パパのための妊娠・出産ブックレット 足立智昭・著 中央法規出版
- なぜ起こす交通事故 小林実・著 中央労働災害防止協会
- 絵本は小さな美術館 中川素子・著 平凡社
- 月ノ浦惣庄公事置書 岩井三四二・著 文芸春秋
- 江戸の川風 羽山信樹・著 講談社
- 不安の力 五木寛之・著 集英社
- ボーイズ・ドリーム アレックス・シアラー・著 PHP研究所

児童図書

- う・ん・ち なかのひろみ・文 福音館書店
- ビー玉 森戸祐幸・文 玉の博物館・監修 文溪堂
- 海の楽校 長谷川考一・著 山と溪谷社
- マジョモリ 梨木香歩・作 理論社
- ぼくらは月夜に鬼と舞う 藤沢呼宇・作 岩崎書店
- 竜の王女シマー ローレンス・イエップ・著 早川書房
- 少女探偵サミー・キーズとホテル泥棒 ウェンデルリン・V・ドラーネン・著 集英社
- セブンスターワー ガース・ニクス・作 小学館
- うみにあいに いわさゆうこ・著 アリス館
- チュウリップの幻術 宮沢賢治・作 田原田鶴子・絵 偕成社
- デリラくやんちゃん子ひつじのおはなし J・B・マルシアーノ・作 BL出版
- あかいろてん マリタ・マーリンガー・文 エリック・バトゥー・絵 講談社

お問い合わせ 図書館 ☎931-1181

景観にみるむこうしの歴史

④ ～小畑川と一文橋～

向日市の西南部を画する小畑川は、山城と丹波の境である老ノ坂付近を源とし、大山崎町下植野で桂川に合流する、全長約15kmほどの川です。水源のあたりの地名を「芋波多(おはた)」というところから、小畑川の名前がついたのではないかと考えられます。

乙訓地域の地形は、おおむね北西に高く、南東に低くなっており、小畑川も、水源から沓掛や塚原を経て洛西ニュータウンに至り、上里や井ノ内を抜けて、向日市と長岡京市の境を流れるようになるまでは、地形に沿ってほぼ南東の方向に流れています。向日丘陵の西側斜面は、たとえば向日神社の裏

手などを見ても、東側よりも急な崖になっていますが、これは大昔からの小畑川の流れによって、丘陵地が削られたためです。現在のようにコンクリートで護岸され、治水事業の進んだ川を見慣れている私たちには想像しにくいことですが、かつての小畑川は、氾濫を繰り返すたいへんな暴れ川だったそうです。

向日市の上植野町付近で、流れの方向は南に転じ、長岡京市の馬場・古市・勝竜寺と、ほぼ南流して下植野に至ります。上植野から東へ延びる外環状線沿いの発掘調査では、小畑川の旧流路が発見されており、13世紀頃(鎌倉時代)までは、地形に沿って東南の方向に流れていたことが確認されています。

南流するようになったのは、小畑川の下流、犬川との合流地点にある勝龍寺城が、南北朝時代の武将細川頼春によって築かれた時、その外堀とする

ために流路を付け替えたのだという話があります。頼春築城説は、江戸時代に入ってから作られた伝説のようで根拠にはありませんが、上植野以南の小畑川が南流するのは、地形的には不自然で、人工的な手が加えられているのでは、とも考えられています。

流れの転換点に架かる一文橋は、小畑川の橋としてはもっとも有名で、その名の通り、通行する人から1文をとった日本最初の有料橋、という言い伝えで知られています。東寺から摂津西宮に至る西国街道が、小畑川を渡る地点の橋であり、昔から往来がはげしく、橋の管理にも多額の経費を必要としました。言い伝えのように日本最初とはいきませんが、江戸時代後期の天保2年(1831)に「橋銭」を徴収していた記録が、最近になって乙訓の古文書を研究するグループによって発見され、名前の由来が証明されています。



乙訓橋から北を望む 平成15年6月撮影