

文化資料館への招待

(2) 都づくり

農民の悲哀

きょうは、入口の朱塗りの門をくぐって、1200年前の長岡の都を見学に出かけよう。

正面に大きな役所の築地(ついで)塀が見えます。これは鶏冠井町にある国の指定史跡の土塀跡の一部を、高さ約4分の3に縮小・復原したもので、軒先は出土した実際の瓦で葺いてあります。土塀が土をつかためて作られた様子を示す土層の「はぎ取り」の展示をながめながら、順路を左にとってください。瓦や太い柱やこれらの建築資材を加工する工具に囲まれ、重い荷物をかっく男の姿が見えてきます。

彼は、都づくりの基礎工事のために地方から動員された多数の人々の一人



都づくりに動員された農民

で、民得名(たみのとくな)という33歳の働き盛りの農民です。越前国(福井県)の出身で、郷里に老父母・妻子を残しての単身赴任です。魚釣りが得意で、夕飯の魚を釣っていたとき突然、郡役人が来て「お前、穴掘りが得意だそうだな、新しい都で人夫が足りらんから、すぐに発せ」と命令されて、旅費は自分もちで歩いて都までやってきました。雨の日も、雪の日もときには松明(たいまつ)をもとして夜中まで続く突貫工事の現場でもくもくと働いて一年後に郷里に帰れる日を指折り数える毎日です。

わずかな楽しみは、飯場の食事ですが、それも玄米のてんこ盛りと塩と菜っ葉です。しかし、米も満足に食べられず、重税にあえぐ故郷の家族の生活はもつと悲惨だったようです。

大昔から人間生活に深く入り込み、多くの人々に親しまれて来たお酒も一方では、習慣性の薬物という面をもっています。飲み方をあやまれば健康を害し、ときには生命も奪いかねない飲み物でもあります。

中年からの健康

お酒と健康(その一)

臓など血管の多い臓器に大量に運び込まれます。当然ポンプ役の心臓は大車輪で働き、全身の血管はアルコールの作用で全開することとなります。最後には飲んだアルコール量の9割が肝臓で分解され、残りは腎臓から尿中へ、また汗や吐く息からも排せつされます。以上がアルコールの排せつに至るまでの経過ですが、お酒の種類や飲み方によって吸収のされ方はかなり違ってきます。ここで問題となるのは、人に

普通のかぜでは鼻水、鼻づまり、のどの痛みが主で熱などの全身症状は軽いことが多いのですが、インフルエンザでは突然38〜40度の高熱がでて、頭痛、全身のだるさ、筋肉痛などの全身症状がみられ、それより少し遅れてのどの痛み、せき、鼻水などの呼吸器症状がでてきます。ときにはおう吐、腹痛、下痢などの消化器症状がでます。

流行期には、電車、バス、デパート、映画館など人が多く集まる場所が感染する機会が多くなりますので、無用の外出はやめましょう。

また、外から帰ったら、必ず洗いぬいとうがいをし、過労、不衛生を避け、パランスのとれた栄養を取るよう心がけましょう。

くらしのカレンダー

Calendar table with columns for dates (15-20, 21-26, 27-31) and corresponding events such as '健康相談', '消費生活相談', '無料法律相談', and '4か月児健康診査'.

Advertisement for '固定資産課税台帳 縦覧のお知らせ' (Fixed Asset Tax Ledger Review Notice), including dates and contact information.

Advertisement for '懐炉' (Kairo) featuring an illustration of a person and text describing the product's benefits and usage.