

上中野と営団

いま上中野と呼ばれている地区は、別名「営団」と呼ばれている。この別名で呼ばれていることに、昭和四十一年に昭和村役場に勤めて以来、不思議に思っている。

糸之瀬村誌には「この地域が開かれるとき、その中心となつて、事業を進めていたのが、半官半民の形で組織されていた戦時食糧増産を目的とする「農地開発営団」であった」と書かれている。

この「農地開発営団」が省略され「営団」と呼ばれていることについては、当時の開拓関連の資料から知ることができていたが、村内の開拓関係地域を見ても営団の名前を使っている地域は他にない。地域の人に聞いたこともあったがわからなかった。なぜ上中野地区だけが「営団」として、村民に認知されているのだろうか。不思議でならなかった。

私は以前『やさしい王国昭和村誕生と赤城の原開拓の足あと』と題して「振興ぐんま」に開拓のことを書かせて貰ったことがあった。当時の私は開拓の知識について乏しく、原稿依頼があったとき正直躊躇してしまった。しか

し、引き受けた以上責任を果たすべく、知り合いから開拓の歴史について教えてもらった。その中で初めて知ることが、いくつもあった。

「農地開発営団」国の組織で開墾を推進する機関。掘って立て小屋「当時の開拓者の住居。箱堀り」畳二畳から、一町十町歩と開墾していった気の遠くなるような作業のこと。当時は機械などなく「トンビ鍬」が作業道具の一つであった。

上中野地区は村内の他の地区と違った開拓方法を行っていた。他の地域は入植者と営団が開墾したのだったが、上中野地域は、前橋市周辺の公務員や会社員が休みの日に出向いて開墾したと聞いている。このことは、他の地域とは違うと思った。

これらのことが、中野地域の人々の心に感謝の気持ちとして根付いたとしてもおかしくはないように感じる。また、なんと素晴らしい事かと感じられる。もともと、この土地は、面積六十余町歩の貝野瀬区の共有地で、茅場だった。諸先輩の先見の明に敬意を表します。

昭和村ボランティアガイドの会

事務局長 島田 民夫

地域包括支援センターだより

転倒予防のための基礎知識

高齢者の転倒は、骨折や頭部外傷など大きなけがにつながりやすく、そのけががきっかけとなって認知症を発症または症状が進行したり、介護が必要な状態になることも少なくありません。転倒の危険性を理解し対策をすることでこのような事態にならないようにすることが大切です。



【転倒の原因】

◆筋力・注意力の低下

加齢による筋力や注意力の低下は、本人も気付かないくらい少しずつ進みます。思っているほど足が上からず何かにつまずくなど転倒しやすくなります。

◆病気や薬の副作用

脳に関係する病気や薬の副作用(ふらつき、立ちくらみなど)が影響して転倒しやすくなる場合があります。

◆生活環境

カーペットの端のめくれ、床に置かれている新聞紙、部屋の敷居のわずかな段差など、住み慣れた自宅にも転倒の危険性はたくさん潜んでいます。

【転倒予防策】

◆つまずきやすいポイントを見つけて改善する

カーペットに滑り止めを置く、電気コードを壁に沿わせる、床に物を置かない など

◆体を動かす習慣をつくり筋力を維持する

散歩をする、下半身のトレーニングを行う、地域のいきいきサロンでらくらく筋トレ体操を行う など

◆食生活と日光浴で丈夫な骨を維持する

乳製品や魚などからカルシウムを摂取する、日光浴をしカルシウムの吸収を助けるビタミンDをつくる など

◆生活リズムを整える

夜はぐっすり眠れるよう日中は活動的に過ごす、朝日を浴びる、3食しっかり食べる、お酒を飲み過ぎない など