

愛される埴輪

埴輪が主人公の「大魔神」という特設映画が五十年前にヒットした。テレビでは埴輪が登場する「はに丸くん」という番組の人気があった。埴輪は私たちにとって身近な遺跡である。

埴輪は今から千数百年前の古墳時代に作られた造形物である。埴輪の成り立ちは、弥生時代後期、力を持った王のお墓に供えられた品々をのせる高い台の土器が始まりであり、これは円筒埴輪と呼ばれ埴輪の最初の形である。

弥生から古墳時代となり、各地の王が力を持ち、王の力を示すものとして古墳が競って造られた。また、古墳に飾られた埴輪も王の力や序列を表すものとして作られていった。五世紀になると、武人や巫女、力士、正装男子など当時の神事や祭りを表す人物埴輪の作成が広がった。また、王の生活に関わる馬や牛、鳥などの動物埴輪、住まいや蔵、船などの家形埴輪などの様々な形の埴輪が作られ、当時の生活を表すものとして古墳の周辺に飾られた。古墳と埴輪は、王の権威と生活を表すものとして日本中に広がり進化した。

中央から遠く離れた利根・沼

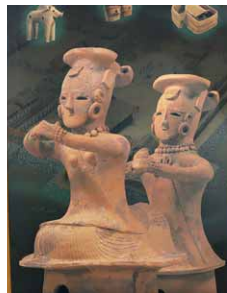
田地域にも古墳文化が伝わった。本村の古墳は小規模な円墳が多く埴輪の出土は少ないが、森下古墳群十七基の一つから円筒埴輪が発掘された。直径十六mの円墳の周辺に高さ十五、四十cmの大きさの異なる二十七個の円筒埴輪が並べられていた。初期の埴輪だが本村にも埴輪文化が伝わってきたことを示している。

古墳時代に作られた埴輪、特に人物埴輪は颯爽としたたずまいと共に表情やしぐさに愛嬌を感じさせ、今も愛されるキャラクターとなっている。

参考 川額軍原「遺跡報告書 若狭徹「はにわの世界」



▲円筒埴輪 (公民館所蔵)



▲人物埴輪

昭和村ボランティアガイドの会

理事 堤 義樹



軽度認知障害(MCI)って何？

軽度認知障害(MCI)とは？

軽度認知障害とは、正常な状態と認知症の中間、認知症の一步手前にあたる状態を言います。認知機能や記憶力に低下が見られるものの、日常生活に支障をきたすほどではありません。必ずしも認知症に移行するわけではなく、健常な状態に戻る可能性もあります。また「Mild Cognitive Impairment」の頭文字をとって「MC I」と呼ばれることもあります。

こんな症状が出てきたら軽度認知症を疑いましょう

- 同じ話を何度も繰り返すようになった
- テレビが楽しめなくなった
- 疲れやすく何事にも消極的になってきた
- お金の計算や家事がスムーズにできなくなった
- 物の置き忘れやしまい忘れが多くなってきた

軽度認知障害への対策

<早期発見・早期対応>

認知症の発症を防ぐには、本人や家族、周りの人が異変に気づき、医師の診断を受けるなど早期に対応することが重要です。かかりつけ医への相談や「もの忘れ外来」など専門の医療機関を受診、または地域包括支援センターにご相談ください。

<他者とのコミュニケーション>

他者とのコミュニケーションは、脳の機能を活性化させます。また、他者とのつながりは精神的な健康を保つことにもつながります。電話やメールだけでも脳の機能は活性化されますので意識的にコミュニケーションをとりましょう。

<規則正しい生活習慣>

糖質や塩分を控え栄養バランスの良い食事を摂ること、体を動かす習慣をつくることは、認知症リスクを高めるとされている生活習慣病を防ぐことにつながります。

<脳トレ>

「考える」「記憶する」「判断する」といった知的活動は、脳を刺激し認知症予防に効果的です。囲碁や将棋、テレビゲーム、文字を書く、計算問題を解く、折り紙、塗り絵などでも脳を活性化できます。また、買い物の際に合計金額を計算するなど、日常生活の中に脳トレを取り入れましょう。



問合せ 地域包括支援センター ☎ 30-2121

