

中世村落の面影を残す
上永井集落

永井川が刻んだ深い谷、その奥に上永井の集落があります。集落に向かう村道の脇にある墓地に、五輪塔の一部が数基並べられています。五輪塔というのは、供養塔・墓として造られた石造物で、地輪・水輪・火輪・風輪・空輪の五つが積み上げられているのが本来の形です(風輪と空輪は一つの石材で造られています)。五輪塔は、鎌倉時代頃から戦国期まで、いわゆる中世という時代に多く造られました。ここに並べられているものは、形状から室町末期から戦国期くらいのものと考えられます。

永井区有文書にある明治四年「永井村絵図」を見ると、この墓地がある所には「阿弥陀堂(阿弥陀如来堂)」があつたことが分かります。寛文二年(一六六二)の検地帳にも「阿みだ堂」「あみだどう」の地名が見られます。阿弥陀如来を本尊とする仏堂で、淨土信仰に基づくものです。阿弥陀様は、人々を死後極楽浄土へ



と導いてくださる仏様です。極楽浄土は西方にあると考えられていました。絵図を見ると、阿弥陀堂は集落の西の外れに描かれています。まさに西方浄土の位置にあつたといえます。また、絵図に描かれている集落も、ほぼ現在の上永井集落の中心部と重なっており、その起源は阿弥陀堂とともに戦国期以前までさかのぼれるのではないでしょう。

谷間の奥地にある上永井の集落は、遠く中世の村落の姿を今に伝えているのです。

昭和南小学校 教諭 諸田 義行

ヒートショックにご注意ください！

ヒートショックとは？

ヒートショックとは、暖かい部屋から寒い部屋への移動など、急激な温度の変化により血圧が大きく変動することによって起こる健康被害のことです。

症状としては、めまい、頭痛、動悸などが挙げられ、重篤な場合には、心筋梗塞、脳梗塞などの血管の病気を引き起こすこともあります。浴室での死亡者数は交通事故死よりも多いとされ、特に冬場は注意が必要です。

急激な寒暖差に注意！



こんな時は要注意！

お風呂に入る時

- ◆浴室・脱衣所を暖める (シャワーでお湯を張る、暖房器具を使用する)
- ◆お風呂の温度は41°C以下にする
- ◆湯船につかる前はかけ湯をする
- ◆湯船につかる時間は10分程度にする
- ◆比較的の気温が高い午後2～4時に入浴する
- ◆食後すぐ、飲酒後、服薬後の入浴を避ける
- ◆入浴前後にコップ1杯の水分補給をする
- ◆入浴時、家族等に一言かけておく

トイレを使う時

- ◆暖房器具を使用する
- ◆便座の暖房装置やカバーを使用する
- ◆夜の利用時は上着や靴下を身につける
- ◆いきみすぎないよう注意する
- ◆トイレに近い部屋を寝室にする



問合せ 地域包括支援センター ☎ 20-1126

