

昭和音頭誕生について

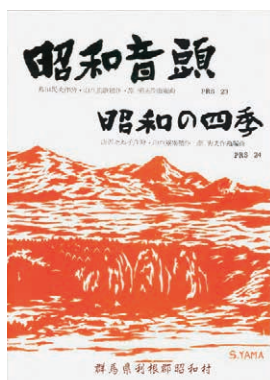
昭和音頭の誕生は、利根郡民体育大会に係るものである。利根郡民体育大会は、当時の利根郡八町村が、昭和三十九年開催の東京オリンピックを模して開催したものであった。昭和村は、利根郡八町村での建制順が八番目であることから、昭和村での第一回大会は昭和四十五年の開催となった。

体育大会といえば競技種目がいずれ出されるが、開会式や閉会式も印象深い。主会場では、利根郡の婦人会員たちが、それぞれの町や村の歌に合わせて踊りを披露することも行われていた。しかし当時、農業主体の昭和村には独自の歌がなかった。村長にこのことを話すと、「この際、昭和村でも作ろうではないか」ということになり、体育施設の整備はもとより、村の歌や踊りも作るようになった。

そこで、村内外の方々から歌詞を募集したところ、五十数点の応募があった。私も色々考えた末、応募することにした。歌というものは普通三番までであるが、音頭として作りたいと考え、歌詞に四季を織り込んだ四番構成とした。一番は春、二

番は夏、三番は秋、四番は冬である。昭和村は赤城山を頂点とし、利根川、片品川に向かって広がる扇形の美しい村であることから歌詞の構成を考え、「扇形の昭和の里は霞む赤城が要で締め」とした。

村の歌の募集と合わせて、当時は村章も作ることに募り募集されていた。後で聞いた話だが、村章の選考は、村長であった萩原正治氏（滝寺）の作品と、村職員（林修一氏（生越））の作品が甲乙つけがたい状況にあったようだった。そこで「歌の審査はどうなっているか」という話になったという。その時すでに歌は私の作品に決まっていたため、その旨が伝わったところ、私の歌詞に合致した扇形のデザインである林修一氏の作品に決定されたという。



村の歌となった昭和音頭

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

「秋バテ」にご用心！

秋は気温差の影響や夏の疲れが出ることから「秋バテ」になりやすい季節です。特に高齢者は気温の変化に適応しづらく、免疫力が低下しやすいなどの特徴があり、注意が必要です。

秋バテの原因 気温差、身体の冷え、夏の疲れの持ち越しなどにより自律神経が乱れることで起こります。

主な症状

疲れやすさや倦怠感

食欲不振や胃もたれ

便秘や下痢

立ちくらみやめまい

肩こりや頭痛

何もやる気が起きない

特に高齢者は、思考力低下や無気力がみられることがあるため、認知症の症状との判別が重要です。

秋バテ対策・予防策



食事

- ・温かく、消化にやさしい食事
- ・1日3食を規則正しくとる
- ・たんぱく質を意識して摂取

生活習慣の工夫

- ・入浴や温かい飲み物で体温を保つ
- ・規則正しい就寝、起床を心がける
- ・散歩や軽い体操などで血流促進し、体力維持

高齢者の秋バテは、体力低下や免疫力低下を招き、冬の感染症リスクにも影響します。夏の体調不良を引きずらないよう、生活習慣を見直して、秋を快適に過ごしましょう。



問合せ 地域包括支援センター ☎ 30-2121

