

ふるさと自然と文化

濁川のお地藏様二話

◆濁川のお地藏様

濁川一丁目の道路脇に、赤い頭巾と前垂れを着けた地藏様が、萬霊塔と一緒に奉られています。いつごろ建てられたのか、はっきりしたことは分かりません。

この地藏様に二つの伝説があります。

一つ目は、ある年のこと、空梅雨で日照りばかりが続き、作物が枯れ始めました。百姓衆は相談し、地藏様に雨乞いをすることにしました。

以来日照りが続く年には、村の若い衆が交替で、地藏様を新井郷川まで背負っていき、川に入れて雨乞いをするようになります。私も子どもの頃、実際にその行事を見に行つて、お供え物を頂いたことが記憶に残っています。

もう一つは、ある家の夫婦に子どもがでず、この地藏様にお祈りしたところ、これまた不思議なことになりまして。私も子どもの頃、実際にその行事を見に行つて、お供え物を頂いたことが記憶に残っています。

もう一つは、ある家の夫婦に子どもがでず、この地藏様にお祈りしたところ、これまた不思議なことになりまして。私も子どもの頃、実際にその行事を見に行つて、お供え物を頂いたことが記憶に残っています。

というもので、子宝地藏と言う人もいます。

4月8日の神社の春祭りに合わせて、地藏様は新しい赤い帽子と頸掛けに着替え、小さなのほりとお告げがあり、今の太古山日朝堂の横に百体地藏尊と共に祭られました。

現在でも散歩の人たちが地藏様の前に立ち止まって手を合わせます。二人連れの若い男女や、熱心に受験の合格祈願をする子どもたちもいます。

濁川在住 堀 清光



◆門樋の活き地藏様

昔、新潟で熱病が流行した時、新潟七軒衆で相談してお地藏様を建てることになりました。そこで、お地藏様を買いに新潟の石屋へ行くと石屋の主人は「よう来てくれた。

新崎在住 伊藤 昇



(上)お堂(左)百体地藏尊と活き地藏様



今では、やはり病や雨乞いの用が無くなった地藏様も、その時代に応じた形で、信仰されているようです。

健康と福祉のひろば

健康福祉課健康増進係 ☎387-1340

食塩の取り過ぎに注意しましょう！

食塩の取り過ぎは、血圧を上げる原因のひとつとされています。
※塩蔵食品(塩魚や魚卵など)は、胃がんのリスクのひとつであることが知られています

現状① 北区民の食塩摂取量(推定)は過剰傾向

	男性(目標量)	女性(目標量)
1日平均値	10.3g(8g未満)	9.5g(7g未満)

資料：平成27・28年度新潟市健康・栄養調査(結果報告書)
「日本人の食事摂取基準(2015年版)」策定検討会報告書

現状② 新潟市民は食塩の多いものを好む傾向

		第1位	第2位	第3位
油脂・調味料	食塩購入額	福島市	新潟市	鹿児島市
油脂・調味料	みそ購入額	長野市	新潟市	熊本市
油脂・調味料	カレールウ購入額	鳥取市	新潟市	松江市
魚介類	塩干魚介購入額	青森市	新潟市	秋田市
魚介類	塩さけ購入額	新潟市	秋田市	福島市
魚介類	たらこ購入額	福岡市	北九州市	新潟市
穀類	カップ麺購入額	青森市	新潟市	富山市
外食	中華そば	山形市	新潟市	宇都宮市

資料：総務省家計調査 1世帯当たり品目別年間支出金額及び購入数量(二人以上の世帯)のデータから、平成28年～平成30年平均の品目別都道府県庁所在地及び政令指定都市ランキングの集計を参照

心当たりはありませんか？ 食塩を取り過ぎる 10の食習慣

▽当てはまる項目が多いほど、食塩の取り過ぎにつながります。

- 1 食事は満腹になるまで食べる
- 2 主食を重ねて食べる(例：ラーメンとチャーハン、うどんと丼もの、弁当・おにぎりとカップ麺など)
- 3 丼もの・カレーライス・麺類を週3回以上食べる
- 4 煮物を1日に4皿以上食べる(例：野菜の煮物だけでなく、煮魚、肉じゃが、ひじき煮なども含みます。同じ料理を1日に2回食べた場合も2皿と数えます)
- 5 漬物を1日に2種類以上食べる
- 6 たらこやすじこなどを1日に1回以上食べる
- 7 麺類の汁を3分の1以上飲む
- 8 濃い味付けを好んで食べる
- 9 外食を週に2回以上する
- 10 毎日飲酒する

新潟県民760人の食生活調査と尿中ナトリウム量から算出した推定食塩摂取量をもとに解析(新潟県立大学/2013-2015)
「新潟県栄養政策策定及び評価体制構築のためのデータ分析ワーキング」作成(2015)

みなさんの健康のために(令和2年1月)

健康福祉課健康増進係 ☎387-1340

妊婦歯科健康診査 ※申し込み不要

1月	受付時間	会場
7日(火)	13:00~13:45	豊栄健康センター

妊婦 持ち物 母子健康手帳

育児相談(身体計測・栄養相談) ※申し込み不要

1月	受付時間	会場
15日(水)	9:30	豊栄健康センター
28日(火)	~11:00	北地域保健福祉センター

※豊栄会場は歯科相談もあり。計測のみも可
乳幼児と保護者 持ち物 母子健康手帳

フッ化物塗布

1月	受付時間	会場
8日(水)	9:30~10:00	北地域保健福祉センター

1歳以上4歳未満児(平成28年1月生まれ可)
先着30人 料金 1,020円
12月18日(水)から令和2年1月6日(月)までに、市役所コールセンター ☎243-4894

離乳食講習会

はじめての離乳食

令和2年1月10日(金)午後1時半~3時
※受付午後1時15分~
北地域保健福祉センター
離乳食の始め方
生後5カ月頃の乳児の保育者
先着15人
12月18日(水)から令和2年1月8日(水)までに、市役所コールセンター ☎243-4894

《その他》

股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診は該当者に個別案内をしています。

はじめての離乳食は偶数月が豊栄健康センター、奇数月が北地域保健福祉センターで実施します。

1歳誕生歯科健診時に、同会場で「ブックスター(初めての絵本体験)」を実施します。

健康相談(栄養相談あり)

予約者優先になります。予約が無くても相談できますが、お待ちいただく場合があります。健康診断の結果記録票がある人はお持ちください。

保健師、栄養士による個別相談

1月	受付時間	会場	申し込み
14日(火)	13:30~15:00	北地域保健福祉センター	同センター ☎387-1781
22日(水)		豊栄健康センター	健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎387-1345

メタボ予防運動講座(予約制)

運動の習慣化を目的とした講話や実技

40~74歳で、他の運動教室などに参加していない人

1月	時間	会場	申し込み
14日(火)	13:30~15:00	北地区公民館	北地域保健福祉センター ☎387-1781
22日(水)		豊栄健康センター	健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎387-1345