

ふれあい会(糖尿病教室)に参加してみませんか？

ふれあい会とは、年に5回開催している糖尿病教室のことです。
糖尿病の人に限らず、どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。
今回は、6月と7月に開催されたふれあい会の報告と今後行われるふれあい会の内容について紹介します。

第1回 6月9日(土) 糖尿病予防に関する講演会

公立玉名中央病院の代謝内科医師の松田先生を迎え、糖尿病予防や最近の糖尿病の治療についての講演会を行いました。
30人近くの人が参加し、糖尿病に対する正しい知識を学ぶことができた大変有意義な講演会となりました。



講演会のようすです

第2回 7月21日(土) 低カロリーフレンチフルコース

「シェ・ホンダ」で、旬の食材を使いカロリー計算された、フレンチフルコースの食事会が開催されました。
カロリーを抑えつつ、味はそのままというシェフの工夫が随所にみられた料理には、たくさんの「おいしい」の言葉が聞こえてきました。また、自宅でも簡単にできるカロリーを抑えたデザートづくりの作り方も教えていただき、参加された人は大変喜んでいました。



今年度のフレンチフルコース

第3回 ふれあい会は、10月13日(土)に屋内ペタンクを開催します!!

例年、白熱した試合となり、経験者も未経験者も大いに盛り上がります。運動不足になりがちな季節ですので、この機会にぜひ参加してみたいはいかがでしょうか？



○今後の予定

11月の山太郎祭での「出張健康チェック隊」を予定しています。
それから来年の2月ごろに、第4回ふれあい会(バイキング)行う予定ですので、ぜひご参加ください。
スタッフ一同、みなさんの参加をお待ちしています！

問い合わせ先 和水町立病院 内科外来 ☎0968・86・3105

歴史調査の楽しみ方

神尾城跡

9

大田幸博

(元・菊水町史編集委員会副委員長)

調査 調査が進展しましたので、今回は、城跡の縄張りについて、中間報告をします。一部の区画で表記を変えました。

主軸尾根

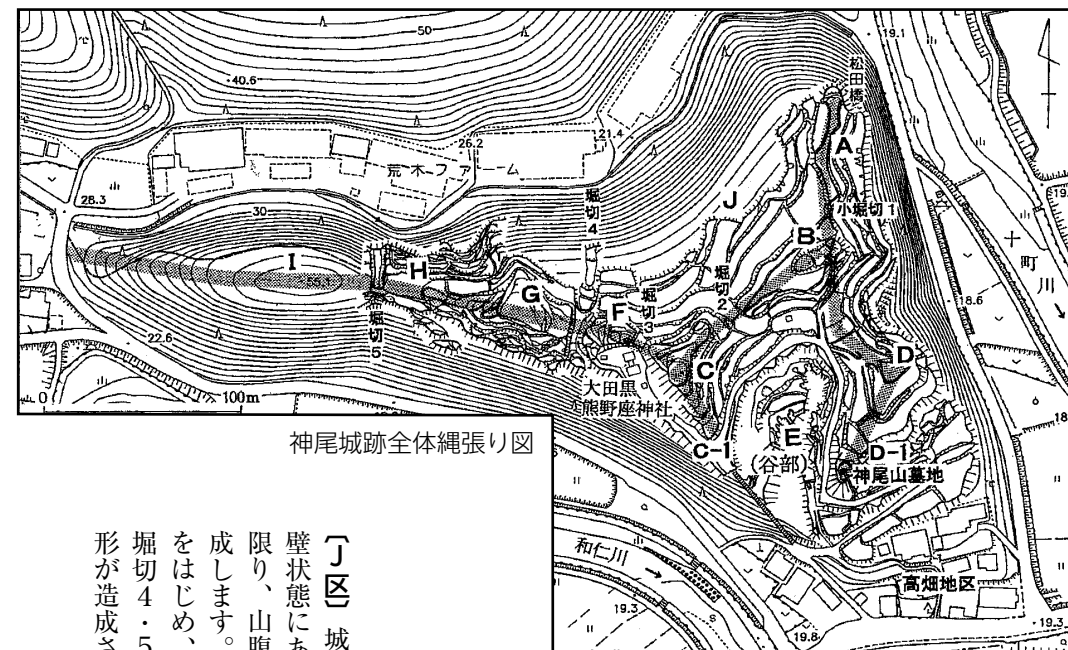
北→南西→北西へ延びて、各項に、A→C・F→I区があります。
〔A区〕尾根が削り落とされて、土塁の様です。全長53m、幅7・5→1・8mの平地。南側寄り、標高56・65m。南端に小堀切1があります。
〔B区〕3段から成る小高台で、土壇の形をして、「高城」と呼ばれます。最上段は、長さ9・6m、最大幅6・8mの平地で、標高62・6m。裾野はY字形の平地で先端部がすばります。長さ47m、最大幅20m、最上級と3・84mの高低差があります。
〔C区〕頂に、円形状の平地があり、長さ11・8m、幅9・4m、標高62・4m。B区との間に堀切2、F区との間に堀切3があります。
〔F区〕両側を堀切3と堀切4に挟まれています。西への緩傾斜地で、標高57・35m。整形の度合は低く、全長21m、幅11m。東端に、直径2m、高さ35cmの円状の高まりがあります。

〔G区〕東への緩傾斜地で、整形の度合が低く、全長36・8m、幅25→15m、標高56m。城跡で、最も大きな区画で、東下に堀切4があります。
西側寄りで、一部が、やや整形されています。長さ23m、幅13→3mの範囲で、北縁下に、土塁を伴う空堀があります。尾根の西下は、緩傾斜地で、端部寄りに、幅4・5mの範囲で、僅かな窪みがあります。堀切が埋没している様にも見えます。

〔H区〕広い意味で、G区の西端部にあたりますが、離れている上に、整形の度合も大きく違いますので、別の区画としました。帯状の平地で、長さ20m、幅12→8m、標高50m。西下に堀切5があります。
〔I区〕未調査です。堀切5を跨ぐと、先の主軸尾根は、漸次、高さを増して小山の地形になります。山頂に、平地があります。

派生尾根

〔D区〕頂の一角は、平地です。幅14m、長さ9・2m、標高54・62m。高低差1・3mの下位に、同心円状のY字形の平地があり、長さ26m、幅25m。高畑地区に近い区画です。



神尾城跡全体縄張り図

〔J区〕城跡地の周縁部は、大方、絶壁状態にあります。ところが、J区に限り、山腹が逆台形状に緩傾斜地を形成します。そのために、土塁状のA区をはじめ、山腹の下位まで造営された堀切4・5や、何段にも重なる帯状地形が造成されて、守りを固めています。

〔C区・I区〕C区から南東側へ下ります。長さ30m、末端の幅7・5mの緩傾斜地で、谷部のE区の西側肩部を形成します。
〔D区・I区〕D区から南西側へ下ります。長さ38mの平地で、末端部が神尾山墓地になっています。
神尾山墓地 吉弘氏の数代の墓地です。三加和地区で最大の五輪塔があります。初代の吉弘加左衛門は、享保7年(1722)～寛政9年(1797)の人物で、遺言によりこの地に葬られました。