田村地区自治振興会だより

1月号

令和５年（2023年）１月10日発行

発行責任者　〒629-3432　京丹後市久美浜町平田 672

田村地区自治振興会　会長　山下　孝

ご意見・ご感想は果樹センターまで　TEL・FAX　0772-83-1142

新年のご挨拶

田村地区自治振興会　会長　山下　孝

新年明けましておめでとうございます。

新年と言っても、私たちの地球号は一年前の正月と全く違う所に居るそうです。

太陽は約２億年かけて銀河を一周するため、秒速２２０ｋｍ、マッハ６４７光速の０．０７％の猛スピードで移動しているそうです。銀河全体がどんなスピードで何処に向かっているのかは分かりませんが？

又、太陽を１０ｃｍのボールに例えれば、約１０ｍ離れた所にある地球は１ｍｍ位の小さな青い水滴位になってしまいます。

そんな小さくて奇麗な水滴の中で、遙な昔から争っています。

動物は、雌と縄張りの取り合いを裸で、日本では水、国の争いを弓矢・刀で、世界では迷信、思想の違い、資源・領土の奪い合いを鉄砲・大砲戦車・軍艦、ミサイル、そして核と、時と共に過激になり、又　犠牲者も軍人、兵隊、一般人、無関係な動物まで。

今や、ボタン一つで地球号を、丸ごと壊す能力を持ってしまいました。

しかし、副産物として、ラジオ、ＴＶ、スマホ、カーナビ、衛星利用、等々私達の日常生活に溶け込んで、欠かせない物を造ってきたことも皆様御承知の通りです。

昔、神々は高天ヶ原から地上、人々を見守っていましたが、今は衛星から人々・作柄・車・船・飛行機・ミサイル・気象・そして天体観測等々全てを行い、その分析、判断すらＡＩにお願いする事になりつつあります。

たかが４００年位前に、やっとガリレオが「テコ」の原理を見出したばかりなのに、「工学」の発展が「人」に対して早すぎるのかもしれません。

一方、「医学」においては、二千数百年前の，ピポクラテスから少しずつ、しかし、最近の「工学」の発展と相まって急加速的に発展しました。

過去においては、疫病、難病を、避けるため、大仏、祈禱、祇園祭り等を行いましたが、現在は逆に、ワクチンを接種して人込みを避けることが最良、最善の手段、が常識となってきました。

しかし何万年かけて、突然変異等の偶然の繰り返しで、より適合したもののみ生き残ってきた緩やかな進化と、一夜で仕上げた「遺伝子（操作）」とか、今後上手く共存出来るのか、先の先の未来でしか分かりません。

「工学」「医学」等において、人の「管理」、「見直し」が何時でも出来る環境で「緩やか」に「安全」に発展し、地球号がより良い環境で銀河系を一周し、二億年後無事に、ここに帰って来れたら幸いです。

追伸

昨年は念願の「佐野バイパス」「箱石～木津のショートカット」が開通しより安全に便利になりました。

上記両線を結ぶ田村地区にとって重要な「府道野中小天橋停車場線」の改良工事は、京都府（丹後土木事務所長）としては、只今計画中の「山陰近畿自動車道」のインターチェンジ、ランプの設置場所次第で大きく変わります、との事です。

１月の田村地区

かぶと山小学校

10日(火)　始業式･給食開始
18日(水)　授業参観
25日(水)　大縄大会
27日(金)　6年スキー教室

かぶと山こども園

4日(水)　保育はじめ
10日(火)　1号認定児始業式
12日(木)　新年おめでとう会
16日(月)　どんど焼き
19日(木)　卒園写真撮影(5歳児)
20日(金)　けんちん煮クッキング
26日(木)　誕生会

田村ゆうゆうの里

田村地区の皆様こんにちは。今月は『認知症予防の豆知識』第９弾をお届けします。

【認知症予防はいつから始めるべきでしょうか】

脳の劣化は40代後半から始まるとされています。実際、物忘れを自覚するする人も40代後半が多く見られます。認知症で最も多いアルツハイマー型認知症の原因物質は、発症する20年程前から溜まると言われています。そのため40歳あたりから認知症予防を意識して始めることが大切です。20～30代だった頃と比べて思い当たるかチェックしてみてください。

① 今、やろうとしていたことを忘れることがある。
② 同僚や友人など身近な知り合いの名前を思い出せないことがある。
③ 以前買ったことを忘れて、同じ物を買ってしまったことがある。
④ 表現したい言葉が、すぐに出てこないことがある。
⑤ 相手に話を聞き返すことが多くなった。
⑥ 先のことを予測したり画を立てたりするのが苦手になってきた。
⑦ うっかりミスをすることが多くなってきた。
⑧ 買い物の時のおつりなど簡単な計算が面倒になってきた。
⑨ 別々の作業を同時進行で行うことが、うまくできなくなってきた。
⑩ 新しい電化製品の操作など覚えられなくなってきた。
⑪ ちょっとしたことで怒ったり、落ち込んだりすることが増えた。
⑫ 趣味などあまり関心がなくなった。

一つでも思い当たる方は、生活習慣を見直してみてください。心身の健康維持に努めることが、認知症予防につながります。