

# 日々初心

市長コラム・日々初心  
市長 ● 穂積 志(もとむ)



1月20日、「東北六魂祭2015  
秋田共同記者会見」で、若き書道  
家・高橋卓也さんと

## 土地の恵みと食文化

早いものでもう2月、年末年始はみなさんどのようにお過ごしでしたか。久しぶりに家族が集まり食事を楽しんだというご家庭も多かったのではないのでしょうか。

ライフスタイルの多様化により、日頃は洋の東西を問わず世界のあらゆる地域の食文化に接している私たちですが、こと年末から年始にかけては、やっぱり「和食」に戻るといふかたの話もよく耳にします。

大晦日には各家庭に伝わる大晦日のごちそうがあり、正月はそれぞれに祈りや希望を込めたおせちが食卓を彩り、お雑煮あり七草がゆありと、とにかく季節感と郷土色があてんこ盛りです。私の場合は、新年に黒豆や数の子などに箸をつけるだけで、年があらたまるということを実感しているように思います。

ところで、あらたまるのは気持ちだけかというところでもないようです。正月休みにまとめて読む

だ本の中に、私たちが人間の体は約7年で生まれ変わり、細胞レベルで言えば別人になるといふ話を見つきました。体も絶え間なく変化を続けるのなら、精神的にも日々変わっていきける。この話を読んで、私としても新年らしく新たな展望が開けたような気分になりました。

さて話は「食」に戻ります。「身土不二」という言葉をご存じですか。人間の身体と土地は一体で、その土地でその季節にとれたものを食べるのが健康に良いという考え方です。そう考えていくと「和食」が体を作るうえでも優れていることがはつきりしてきます。

一昨年、「和食 日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産に登録され、その魅力や優れた点が国際的にも認められています。中でも秋田のように四季折々の、そしてその地域ならではの豊かな食文化を持っている地域に暮らす私たちは、本当に恵まれ



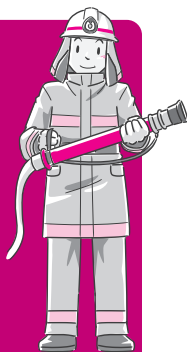
“和食” デリシャス！

ていると言えます。京都府は「京料理・会席料理」を無形文化財に指定していますが、地域でこうした固有の文化を再認識し、大切にしていくなかで面白い取り組みだと思っています。

暦の上では寒が明けたものの、しばらくは寒さが身に染みるこの季節。でも2月を乗り切れば、春を感じるひな祭り、そしてお彼岸です。さまざまな年中行事と密接に関連するのもまた和食。土地からの実り、海や川からの恵みを十分に堪能し、この1年身も心も日々新たに成長していきたいものです。

# 冬季の火災に注意

今年に入り火災が多発しています。暖房器具など、火気の取り扱いにはくれぐれもご注意ください。消防本部予防課☎(823)4247



- ストーブの上に洗濯物を干さない
- ストーブの近くには燃えやすいものを置かない
- 火災の早期発見のため、住宅用火災警報器を設置しましょう



## 防ごう!! 入浴事故

寒い冬は、ゆっくりお風呂に入って暖まりたい…。でも、ちょっと待って！入浴の仕方によっては、体に大きな負担がかかり入浴事故の原因となります。ご注意ください。

### 入浴中の急死…秋田市では9割が高齢者

全国的にみると、1年間に約19,000人が入浴中に急死しており、そのほとんどが高齢者です(※)。

秋田市の場合、平成21年から25年までに789件の入浴事故が発生し、231人が入浴中に急死しています。そのうち65歳以上のかたの割合は88%。また、寒い時期ほど家庭内での入浴事故が多発しています。

※厚生科学指定型研究「入浴関連事故研究班調査」より。

- 安全・安心な入浴のポイント**
- ◆脱衣所を暖かくし、浴室との室温差を解消する
  - ◆お湯は41℃以下…41(よい)温度で
  - ◆長湯は禁物！お湯に浸かるのは10分程度
  - ◆食後すぐや飲酒後の入浴は控える
  - ◆家族や周囲の人は、風呂場に様子を見に行く、声を掛けるなどの気遣いを
  - ◆体調が悪いときは入浴しない

秋田市では、入浴事故で亡くなるかたが交通事故による死者の6倍にもものぼります。まだ寒い日が続きます。入浴事故には十分気をつけて、安全で快適な入浴を心掛けましょう。

秋田市消防本部救急課・入浴事故調査ワーキンググループ☎(823)4019

## ページめくりカレンダー

気になる情報はページ(P)をめくってネ！

月 日	イベント名・事業名▶掲載ページ
2/6(金)	広報あきた発行日
7(土)	・千秋美術館 旅路-ヒトハ、ミナタビト-(4月5日まで)▶P14 ・赤れんが郷土館 秋田文人資料展(4月19日まで)▶P14
8(日)	・オーパス スキー・スノボ無料レッスン(22日も)▶P19
9(月)	高齡者大学・学級の会員を募集▶P17
10(火)	
11(水)	・「明日のクリエイターたち」展(15日まで)▶P15
12(木)	・インターネット選挙運動講習会▶P11
13(金)	・サンライフ ピラティス教室(20日・27日も)▶P17
14(土)	・大森山動物園 ハートを探せ！▶裏表紙
15(日)	・秋田公立美術大学 卒業制作展(21日まで)▶P15
16(月)	
17(火)	・ごみ減量のはなしと新聞エコバッグ作り(18日も)▶P19
18(水)	・秋田市工芸品まつり(22日まで)▶P15
19(木)	・すくすく電話相談室(25日も)▶P13
20(金)	広報あきた発行日

### 東日本大震災により避難されているみなさんへ

「全国避難者情報システム」に登録すると、避難前に住んでいた県や市町村から大切なお知らせが届くようになります。

まだ登録していないかたや避難先を異動したかた、避難を終了したかたは、秋田市防災安全対策課へご連絡ください。☎(866)2021

### 表紙のはなし♪

2歳の頃からおもちゃ代わりに筆を持ち「書」を書き続けたという高橋さん。記者会見の席でも力強く筆を走らせました。躍動する「東北六魂祭」という字も高橋さん12歳の時の書です。



編集発行■秋田市広報広聴課☎(866)2034

「広報あきた」は毎月第1・第3金曜日発行です。

秋田市ホームページ <http://www.city.akita.akita.jp/>

秋田市公式ツイッター <https://twitter.com/akitacity>

秋田市Facebookページ

<https://www.facebook.com/city.akita>