

# 精神衛生つて



# 知っていますか

私たちは、日ごろ物を考えたりその考えにもとづいて行動したりしています。そしてある時は悩んだり、又、ある時は喜んだり泣いたりします。こうした喜怒哀楽があるからこそ、人生が豊かで、楽しいのです。しかし、ある場合には悩み事が持続して、食欲がなくなったり、眠れなくなったりして本人自身も、又、周りの人達も困ってしまふこともあります。いったい、この「精神衛生」とはどんなことをいうのでしょうか。

**★精神衛生とは**  
精神衛生とは、人々の健康のうち、主として精神面の健康を対象とし、精神障害を予防・治療し、また精神的健康を保持、向上させるための諸活動をいいます。すなわち第一に、精神障害者の発症予防を行うこと。次いで精神障害の早期治療と再発予防を行うこと、そして社会復帰を促進することなのです。

復帰は、もちろん大切なことですが、単にそのみに終始してはいけません。個人が社会の中で、良い状態で生活できなければなりません。この適当というのは、健康な社会生活を営むために環境を選択し、ときには、これに働きかけ積極的に良い環境につくりかえていくことなのです。

この活動を行うためには、地域に住んでいる人に精神障害の本当のことを知ってもらわなくてはなりません。第一に大切なことで、そしてキーパーソンなど、地域の人全員の協力がなければならぬのです。そこで村では、この精神衛生について悩みやトラブルなどのあるかたを対象に相談会を実施しますのご利用ください。

**おせち**  
黒豆、きんとん、ごまめ、昆布巻き、数の子などの正月料理を、「おせち」と呼ぶのは「御節供」からきたものです。  
「節供」は、季節の変わり目を祝う節日に食べた供御のこと。人日(一月七日)のかゆ、上巳(三月三日)の草もち、端午(五月五日)のちまきなども節供だったわけですが、のちには特に重要視された元日の祝膳のみが、「おせち」といわれるようになりました。  
数の子は子孫繁栄のシンボル、ごまめの別名田作は豊作の縁語。黒豆は健康の意「まめ」に、昆布は「喜ぶ」に通じるところから、縁起物とされたわけで、すべて栄養のある保存食品が選ばれています。「松の内」の間のごちそうを保存のきく「おせち」ですませる工夫は、主婦が休めるようにした生活の知恵でした。

## 矯正治療の特長

最近、歯並びが正しくない子どもたちが増えていることはご存じだと思いますが、歯列の矯正治療に關心をお持ちの方のために、わかりやすい事例を簡単にまとめてみましたのでご紹介しましょう。

およそ六〜八歳頃から開始(永久歯の咬みあわせが正しくなるよう方向づける)  
〔第二段階〕永久歯に全てはえがわつてから、およそ小学校高学年から、場合によっては高校生くらいになつてから(その人に最も適したものに完成させる)

歯医者が教える

### 歯の健康

——一口メモ——

第一段階の治療を行つたら、第二段階が必要なくなることもありますが、逆のこともあります。二〜三年で終わる人もいれば、十年

ちまちまですが、治療方法や装置、期間がみな違いますから当然なことですが、一時に払う金額は、まとまったものになつてしまふことが、治療期間が長期に及ぶことや矯正治療によって得ることができず、生涯自分のものになるのだと考えれば、そのメリットははかり知れないものがあるはずで、治療もその効果も、長期に及ぶのが矯正治療の特長といえます。(新潟県歯科医師会)

## おらがむら

### ふるさと探訪

#### 松飾り (岩室)

#### シリーズ 10

■新年あけまして、おめでとうございます。今回の「おらがむら、ふるさと探訪」は、新春号ということもあって、ちよつと変わった古式ゆかしい「松飾り」についてご紹介しましょう。

今回ご紹介する、古式ゆかしい松飾りは、岩室温泉高島屋(高島哲男)さんに代々受け継がれてきているもので、村内でも珍しい習わしの一つ。五穀豊穡などを願うため、同家の先祖の国学者高島正興氏(江戸時代)が始めたものといわれています。

この松飾りは、松の切元を木炭で固く丸くして支え、その周りに米を山の形にして盛り込みます。そして、その上にカヤの実五個ギンナン五個をスジ状にして四方に並べ、その他に黒マメを十七個を八列に配し、その間にクリとミカン八個を散りばめて出来上ります。同家では、毎年暮れの三十一日に分家衆が集まりこの松飾りをこしらえ、小正月までの間飾りつけるという習わしが、百数十年も前からいまでも守り続けられています。

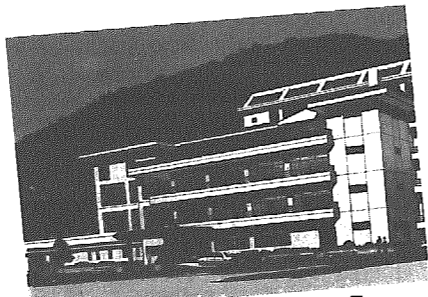


村内でも珍しい松飾り、その飾りは趣向に富んだもので、その歴史が感じられます。(写真：高島屋所蔵)

## 新しい時代の敬老の心、

### 「いわむろの里」建設工事も急ピッチ

今や時代は変わり、核家族化や介護者の高齢化などにより家庭内でのお年寄りの介護などに不安を持っている人も少なくないのではないのでしょうか。先月発表された県民意識調査でも、在宅介護よりも施設介護を望んでいる人が77.1%と多いのもその表われだと思えます。このような人たちの要望に応えるための老人保健施設「いわむろの里」の建設工事が順調に進んでいます。今後は、内部の仕上げ工事を残すだけとなり、4月竣工を目指して工事が急ピッチで進められています。なお、同施設入所などの利用を希望される方のため施設見学も受け付けていますのでお気軽にどうぞ。なお詳しくは、いわむろの里設立本部(☎82-4100)へ



いわむろの里、完成パース

## 岩室温泉を中心舞台に

### 連続テレビドラマ

今月7日スタート

### 放映開始

岩室温泉街を中心舞台にした連続テレビドラマ「雪の螢」のロケーションが、先月、岩室温泉街で行われました。同ドラマは、東海テレビの制作で収録が行われたもので、この収録に際しては、岩室温泉旅館組合も「岩室温泉」をもっと知ってもらうための宣伝活動の一環にもなると協力応援。

内容は、飽食の時代の女(ヒロイン未来貴子)の生き方を描いた自立ドラマで、今月7日から新潟総合テレビ(NST)でスタートします。番組は毎週月曜日から金曜日の午後一時半からの三十分番組で、連続六十回の放映です。ぜひ皆さんもこの岩室温泉を舞台にしたドラマに乞うご期待。

## スポーツ大会結果

### 村民インドアテニス大会

先月9日、村民体育館でインドアテニス大会(参加18選手)が開催されました。当日は、参加選手がちょっと少なかったものの、トーナメント戦で熱戦が展開されました。大会結果は次のとおりです。①今井重人 ②猪爪規梯 ③白井英一 ④荒井恵一(硬式男子シングルス)

### 村民バスケットボール大会

村内から14チームが参加した村民バスケットボール大会が、先月16日村民体育館で行われました。当日は、村内のバスケット好き!人間約150名が参加し、体育館狭しと走り回っていました。試合は、白熱した好試合が続出、でも中には珍プレーもでたりして応援団からヤンヤの声援が送られていました。試合結果は次のとおりでした。①タイガース ②高校一年生チーム ③岩室村農協 ④VOクラブ