

「ジャパンレッド」発祥の地—弁柄と銅の町・備中吹屋— ⑳



日本遺産に認定された「『ジャパンレッド』発祥の地—弁柄と銅の町・備中吹屋—」のストーリーを構成する文化財を紹介します。

びっちゅうかぐら 備中神楽 国重要無形民俗文化財

備中神楽は、県西部の備中地方一円に伝承されている神楽で、昭和54(1979)年には国の重要無形民俗文化財に指定されました。

荒神の魂を鎮める荒神神楽を起源としますが、江戸時代後期に地元の神官西林國橋(1764～1828)が創作した演劇性の高い「天の岩戸開き」、「国譲り」、「大蛇退治」が人気を博し、地域色豊かな民俗芸能として定着しました。

各地の神社の秋季祭礼では、五穀豊穡や家内安全を祈願して、境内に設営された「神殿」を舞台として深夜まで各種の演目が奉納されます。神楽は、銅や弁柄の製造に携わった人々に数少ない娯楽の機会を提供するとともに、地域の秋を彩る風物詩となりました。



大蛇退治



境内に設置された神殿

高梁市日本遺産推進協議会事務局(日本遺産・歴まち推進室) ☎ 21-0257

健診結果を チェックしてみましょう!

健康づくり応援通信 ⑤⑥



① 腹囲 男性…85cm 以上
女性…90cm 以上

② BMI = 体重(kg) ÷ (身長(m))²
①の腹囲未満だが、BMIが25以上

③ 危険リスクをチェック チェック

- 血圧 収縮期血圧 130mmHg 以上または拡張期血圧 85mmHg 以上
- 脂質 中性脂肪 150mg/dl 以上または HDL コレステロール 40mg/dl 未満
- 血糖 空腹時血糖 100mg/dl 以上または HbA1c 5.6% 以上
- 喫煙 喫煙歴あり(上記のリスクのうち1つ以上に該当する場合にカウントする)

①に該当し③でチェックが1つ、または②に該当し③でチェックが1～2つある人

①に該当し③でチェックが2つ以上、または②に該当し③でチェックが3つ以上ある人

「動機づけ支援」の対象です
(メタボリックシンドローム予備軍に該当)

「積極的支援」の対象です
(メタボリックシンドロームに該当)

※上記の対象者には、市の保健師や管理栄養士から特定保健指導に関する連絡があります。

特定保健指導とは、特定健康診査(メタボリックシンドロームに着目した健診)の結果から、生活習慣の改善により生活習慣病の予防効果が多く期待できる人に対して、保健師や管理栄養士が3～6カ月間、生活習慣を見直すサポートを行うものです。

生活習慣病の重症化を防ぐために
特定保健指導を受けましょう

特定保健指導の実施機関はこちら ※受診前に各実施機関へご連絡ください。
健康づくり課 ☎ 21-0228 大杉病院 ☎ 22-5155 高梁中央病院 ☎ 22-2233 成羽病院 ☎ 42-3111 賀陽クリニック ☎ 54-1519