

市指定有形文化財

雄勝町 天雄寺観音堂

石巻市文化財保護委員 川名 紘 一

雄勝湾の根もとに、雄勝公民館ならびに硯伝統産業会館などがある。その山側に天雄寺が併存しております。天雄寺は曹洞宗が東北に進出してから約四十年後、明徳元(二二九〇)年に開かれました。青い山々に囲まれ、境内はひたすら静かである。そこには、小さな観音様(石のお地藏さん)が三十三方所、祀られております。

境内の入り口から、参道が緩い曲線で延びて、両側に端正な杉の木が屹立している。参道のすぐ横を沢が流れている。水は澄みきっていて、沢底の小石まではっきり見えていた。

水の音も聞こえてくる。自然のままの境内だ。参道から左に橋を渡ると本堂と庫裡が建っております。本堂は禅宗の寺院らしく、飾り気がなく力強い。参道の入り口に最近、山門が再建されました。以前の山門は室町末期の作とされ、薬医門形式の市指定文化財でした。この山門は十・六低気圧災害で一部を除き、全壊してしまいました。

天雄寺の特色として、現在、市指定文化財の観音堂があげられます。この観音堂は古材をそのままを残し、古色蒼然として木立に囲まれ、自然美と調和しております。現在の堂は明和三(一七六六)年に再建されました。棟札には、大工棟梁に牡鹿郡真野村の高橋氏喜八の名があり、脇大工として、渡波村善三郎等を招いて工にあたらせた。

堂の規模は、正方形部分、桁行



▲観音堂



▲観音様

(正面梁間(奥行)共、四・六メートル。三方に勾欄(手摺り)のある縁を巡らし、一間の向拝をつける。軸部(土台から屋根組までの部分)は頭貫、板壁を制し、屋根は宝形造(ピラミット形)銅板葺き。屋根を支える軒廻りは支輪をつけ、二軒の繁垂木(垂木間隔の密なもの)。これらの構成で釣り合いも良く、軽快な軒反りは圧迫感を与えない。

江戸中期の建物として往時の堅実な工法技術を残している。軒下の組み物という装飾など非常に精巧で手のこんだもの。その優れた細工を見ていると建築に当たった匠達の技術の高さをうかがわせる。なお、この境内は縄文時代中後期の土器の包含地でもあります。

参考文献 引用文

『雄勝町史』、天雄寺説明板、『百寺巡礼』(講談社)

特定健診・特定保健指導を活用しよう!

健康コラム

「健診結果」

いかがでしたか?

石巻市の平成21年度の特定健診が終了しました。

せっかく受けた健診です。その結果を……忙しい! などそのままにいませんか?

治療が必要か否かの判断が必要な「受診勧奨値」のある方は、まず医療機関にご相談ください!

特定保健指導の案内が届いた方は、申し込みをしてください。

★「メタボ」改善は、なぜ必要? メタボは、内臓脂肪から分泌されるホルモンが血圧や血糖を上昇させ、危険度がプラスした状態です。

薬で血圧、血糖、脂質など、一つ一つを下げようとしても、内臓脂肪がたっぷりあると、薬を飲んでも、なかなか効果が出ません。逆に、内臓脂肪を減らせば検査値は下がる可能性が高いということです。

内臓脂肪は皮下脂肪より減らしやすく、腹囲や体重が基準を超えている人は、5%体重減少すれば内臓脂肪が減り、検査値も改善すると言われています。

適正なエネルギーを摂取し、筋肉を減らさず代謝を高める

健康的な体重コントロールが理想です。

★検査値が基準範囲を超えたら、今が生活習慣改善のチャンス!

生活習慣を改善し、必要な治療も受けることで、動脈硬化の進行を遅らせ、命にかかわる生活習慣病を予防できます。

昨年度、石巻市国民健康保険の加入者で特定保健指導を受けた方は450人です。

6カ月間継続して生活習慣改善に取り組み、うち約4割の方が3kg以上の体重を減少することができました。

やみくもに体重を減らせばいいということではなく、生活習慣を見直し、自分に合った目標を立てて取り組んだ成果です。

成功のコツは、無理せず少しずつ休み休みでもいいから、継続することです。

★まずはご相談ください!

特定保健指導の案内は来ただけで、日程が合わなかった方や案内が届かなかった方は、電話相談や各種健康相談を気軽に活用してください。

保健師、栄養士がバックアップします!

今からでも大丈夫!一緒に取り組みましょう!

☎ 保険年金課 保健グループ(内線646)

## 子育て支援センターってどんなところ？

◎親子（祖父母と孫）と一緒に遊んだり、いろいろなお友だち（ママ友）と楽しく子育ての情報交換ができます。もうすぐママになる方もどうぞ！

いろいろなお友だちと親子で楽しく遊びましょう！

◎子育てのヒントが得られます。

◎居住地に限らず、どのセンターでもご利用できます。

●詳しい内容は、各センターだよりをご覧ください。電話でお問い合わせください。

◎電話相談、来所相談ができます。～ひとりで、悩まないで～

相談場所	電話番号	FAX
市子育て支援センター(はまなす保育所内)	24-1260	
なかよし保育園子育て支援センター	96-4551	22-9881
河北子育て支援センター(飯野川保育所内)	61-1601	62-2359
河南子育て支援センターパプラ	72-4670	
桃生子育て支援センター(キッズホーム)	76-4521	

## 市子育て支援センター

(☎・☎) はまなす保育所内 ☎・FAX24-1260

### ★あそびの広場

- 0歳～1歳半 7日(月) 14日(月)
- 1歳半～2歳 1日(火) 8日(火) 15日(火)
- 2歳半～3歳 2日(水) 9日(水) 16日(水)
- 3歳半以上 4日(金) 11日(金) 18日(金)

### ★かまっこ広場 (ところ 釜会館)

- あそびの広場 14日(月)
- かんがるー広場 8日(火)

### ★かもめ広場 (ところ かもめ学園)

- あそびの広場 11日(金)
- かんがるー広場 4日(金) 18日(金)

※いずれも午前10時～11時(受付：午前9時30分～)

### ●クリスマス会

とき 10日(木) 午前10時～11時 (受付：午前9時30分～)  
ところ はまなす保育所ホール 費用無料 申込不要  
0～1歳半のお子さんは、14日(月)のあそびの広場の中で行います。

### ●新年お楽しみ会 ～はまなす保育所との交流事業です～

とき 平成22年1月14日(木)  
午前10時～11時(受付：午前9時30分～)  
ところ はまなす保育所ホール 定員 30組 費用無料  
申込方法 12月1日(火)から11日(金)まで、来所または電話にて申し込みください。



## なかよし保育園子育て支援センター

(☎・☎) ☎96-4551・FAX22-9881

### ★親子教室

- 1歳半～2歳半 1日(火) 8日(火)
- 2歳半以上 15日(火) 22日(火)

### ★すくすく赤ちゃん

- ネンネ・寝返りグループ 3日(木) 10日(木)
- ハイハイ・ヨチヨチグループ 17日(木)

### ★ツイズン・デー 11日(金) ★孫育て広場 18日(金)

※いずれも午前10時～11時30分 費用無料 申込不要

### ●料理教室

とき 25日(金) 午前10時～11時30分 費用無料  
クリスマスッキング  
定員 5人〔要予約〕 持ち物 エプロン 三角巾

## 河北子育て支援センター

(☎・☎) 飯野川保育所内 ☎61-1601 FAX62-2359

### ★あそびのひろば

開放日 毎週月・水・木曜日 午前10時～11時30分  
持ち物 水筒(お茶か水)、着替え、手拭ハンカチ

### ★こそだてひろば

- 長面老人憩いの家 4日(金) 午前10時～11時30分  
持ち物 水筒(お茶か水)・着替え・手拭ハンカチ・おやつ・小麦粉(200g)

- すこやか親子クッキング 9日(木) 午前10時～午後0時30分  
ところ 河北総合センター(ビッグバン) 定員20組〔先着〕  
参加費 1人200円

### ●まさえ先生の子育て講演会

テーマ 「笑顔で子育てを続けるために」～おかあさん・おばあちゃん！自分自身のこころに気付いてみませんか～

講師 心理カウンセラー 佐々木まさえ先生  
とき 17日(木) 午前10時 ところ 飯野川保育所  
持ち物 上靴・靴入れ袋・着替え・水筒(お茶か水)・手拭ハンカチ



## 雄勝地区子育て支援

(☎) 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-3611

### ★みんなのキッズひろば (ところ 雄勝母子健康センター)

～いろんなお友達と親子で楽しく遊びましょう！おじいちゃん、おばあちゃんも一緒にどうぞ～  
10日(木) 午前10時～11時30分

## 河南子育て支援センターパプラ

(☎・☎) ☎・FAX72-4670

### ★わいわいサロン 農村環境改善センター(パプラ) 2階

午前9時30分～11時30分  
持ち物 親子の飲み物、上靴、着替えなど

- 0歳～1歳親子 1日(火) 8日(火) 15日(火) 22日(火)
- 2歳以上親子 3日(木) 10日(木) 17日(木) 24日(木)



## 桃生子育て支援センター「キッズホーム」

(☎・☎) バイオ研修センター内 ☎76-4521

### ★あそびの広場 午前9時30分～11時30分

- ピヨピヨキッズ(0・1歳親子) 3日(木) 10日(木) 17日(木)
- わくわくキッズ(2歳以上親子) 2日(水) 9日(水) 16日(水)
- 広場開放日 1日(火) 8日(火) 15日(火) 22日(火)

## 北上地区ひまわり子育て支援

(☎) 北上保健センター ☎67-2301

### ★ひまわりキッズ 午前10時～11時30分

持ち物 親子の飲み物、上靴、着替えなど  
・北上公民館 7日(月) 14日(月) 21日(月)  
・北上保健センター 2日(水) 9日(水) 16日(水)

### ●クリスマス会

とき 21日(月) 午前10時～ ところ 北上公民館



## 牡鹿地区子育て支援

(☎録・☎) 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113

### ★子育て支援事業 くんぐんすくすく

10日(木) 午前10時～ 清優館「ハンカチ・タオルで遊ぼう」  
24日(木) 午前10時～ 牡鹿第一保育所「クリスマス会」  
※事前に参加登録が必要です。

◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆ 今月号の特集は、年末の大掃除を思い浮かべ組みました。ぜひ、ごみの分別に役立ててください。  
さて、皆さんのお家ではそろそろ子ども達が、クリスマスプレゼントの予定を立てていますか？我が家では、下の子が、すでに11月に新聞折り込みチラシをながめながら綿密な計画を立て始め、その後、お年玉の計画に移り、心ワクワクする年末を迎えるようです。  
2010年を笑顔で迎えられるよう、2009年も残り1カ月、がんばりましょう。

M・A

## 石巻市の人口と世帯数

平成21年11月1日現在  
( )内は昨年同月比

♂ 79,224人 (-678人) ♀ 85,158人 (-819人)  
♂♀ 164,382人 (-1,497人) 🏠 60,534世帯 (240世帯)