



# 目次 Contents

2

## 下野ブランド

### 第2回下野ブランド品 特産品3品、地域資源4件が決定!

- |    |                                       |    |   |
|----|---------------------------------------|----|---|
| 4  | <b>自治基本条例</b>                         | 17 | <b>環境トピックス</b>  |
| 9  | 消費税率(国・地方)の引上げについて                    | 20 | 保健便り  HealthInformation |
| 10 | まちの話題                                 | 29 | <b>Let's SPORTS</b>   |
| 12 | 自治医科大学附属病院<br>連携協働コラムがスタートします         | 32 | <b>生涯学習</b>  より         |
| 14 | 国民健康保険から大切なお知らせです                     | 34 | 図書館 Library Information   |
| 15 | 国民年金日より                               | 35 | 読書人   |
| 16 | <b>連載 vol.2</b> <b>ねんりんピック栃木 2014</b> | 36 | <b>天平の花まつり</b>  |
|    |                                       | 37 | くらしの情報  |
|    |                                       | 52 | 新・下野風土記<br>甲塚古墳の埴輪たち  |



### 今月の表紙



おもわぬカラフルさに目を奪われます。色彩を復元した機織(はたおり)形埴輪です。服や機織り機の模様や色づかいを見ると、当時から「おしゃれ」に興味を示していたようにも感じます。この埴輪を見ていると、当時の生活がどんなものだったのか、想像がどんどん膨らみませんか。

今月の何の日

## 4月8日 指圧の日

正しい「指圧」の普及により人々の健康に貢献しようと、日本指圧協会が制定しました。4(指)、8(圧)の語呂が似ていることや、4月8日が釈迦誕生の日で、釈迦の慈悲の心が、指圧の心「母心」にも通じることからこの日とされました。

指圧とは文字どおり、手指を用いて、人体の外表に圧を加え、体調を整える治療法のことです。だるさ、うずき、痛みなどを感じると、必ず、自然にそこに手が届き、さすったり、なでたり、おしたりして、自ら痛みを柔らげようとします。このような人間の本能的な動きが「手当て」の始まりといわれています。

「指圧の心 母心 おせば生命の泉わく」というスローガンは同協会の母体を創った浪越徳次郎氏が出演したテレビで、視聴者に向けて言った自作の言葉です。浪越氏は少年時代、医者も薬もないという環境のなかで、病に苦しむ母の痛みを和らげようと、日夜母親の全身をさすったり押さえたりして、指圧の技法を会得したといえます。

健康へのニーズが多様化するなか、指圧療法での治療だけでなくや疾病予防、体調管理の面でも効果が期待されています。

参考・特定非営利活動法人 日本指圧協会  
URL <http://www.shiatsu.or.jp/>

下野市公式  
ツイッター

市ではホームページの新着情報や、災害発生時の避難場所などの情報配信を行います。右のQRコードからアクセスできます。

下野市公式アカウント @city\_shimotsuke

