

ふるさとの文化財探訪

謎の4世紀

文化財調査委員 佐藤 頼久

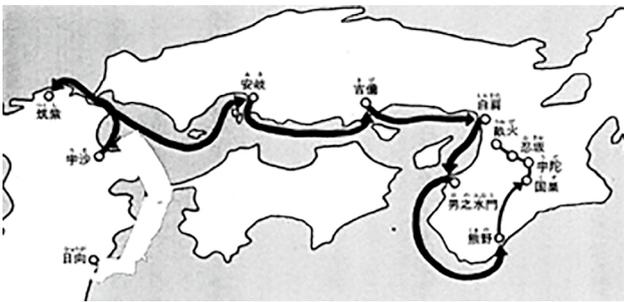
令和五年十一月二日〜二日、文化財調査員の研修旅行で、岩戸山古墳↓伊都国↓吉野ヶ里へと視察を行いました。それら文化遺産に圧倒され感銘を受けました。そして、邪馬台国について興味をさらに湧き上がり研究をしました。結論として、松

本清張氏と同様に邪馬台国の北部九州説を主張します。織田信長の時代すら、天下統一は畿内一円に限られていました。当時、倭国は、今のソウルから北部九州一帯で、三十余国あったと思われま。魏の曹操より卑弥呼に金錯鉄鏡(日田市のダンワラ古墳より出土)が下賜され、それを模倣して239年刻印の田川郡香春

岳産の銅を用いた三角縁神獸鏡を多数製造したようです。3世紀末の魏書東夷伝に朝鮮半島南部で鉄鉱石が採掘され、板状に加工した鉄錠が農具や武器の材料として運び込まれていました。それ以前の五七年後漢の武帝より漢の委奴(伊都)国王の金印を付与されました。このように中国↓朝鮮↓北部九州へと当時最先端の文化遺産が沢山もたらされました。

4世紀は空白の1世紀であり、歴史学者たちにとって謎となっています。何より重要なのが東から西に征服がなされたのではなく、西から東へと征服していったという方が納得がいきます。古事記・日本書紀に明記されている神武東征は、いつの時代に行われたのでしょうか? BC660年の神武建国年はありませんかとすれば、渡来人がやたら来ている応神天皇

の時代ではないでしょうか! 秦氏、漢氏、呉氏、王仁氏の渡来人の数が半端ないです。一族が数百から数千、秦氏にいたっては一万人以上いた程、膨大です。歴史学者の井上光貞氏は「応神天皇始祖論」を大々的に展開しました。宇佐地方に集結した渡来人行は、筑紫の岡田宮を経て、安岐国、吉備国に各々七、八年滞在し、河内へ到達し、その後、八咫鳥の先導により熊野から大和の宇陀へ入ったのでした。全国八幡社の総本宮である宇佐神宮の祭神は神功皇后と応神天皇であることも一考に値します。応神、仁徳天皇陵は、それ迄の地方豪族の前方後円墳でなく圧倒的言語筆舌に尽くし難い巨大墓であることも征服王であることを示しているのではないのでしょうか。



幸せになるうね

人権

心の扉 No.341

日光を浴びて心を健康に

皆さんは「冬季うつ」というものをご存じでしょうか?なんとなく冬は日照時間が短いので気分が落ち込みやすいというのは知っている方もいらっしゃると思いますが、それには「冬季うつ」または「季節性感情障害」という名称があります。

冬季うつは通常のうつ症状とは一部違う症状があり代表的なものとしては過食による体重増加、睡眠過多などの症状があります。これは太陽光等の光を浴びない状態や運動不足の状態が続くと起き、セロトニンやメラトニンといった重要なホルモンの減少が原因とされています。この重要なホルモンはトリプトファンと呼ばれる必須アミノ酸から生合成されるもので、トリプトファンは人体では合成がされず外部から食事などで摂取するしかない

ものだそうです。

ストレスが原因ではないため単なる「冬の気分の落ち込み」と見過ごしてしまう場合があり、早期の対応が出来ずに重症化してしまうこともあるため注意をしなければなりません。

予防方法としては、朝起きた時に日光を浴びることが一番効果的ようです。朝に強い日光を浴びることにより体内時計の調整やビタミンDが体内で生成されることでホルモン分泌、特にセロトニンの分泌を促され気分の改善に効果があるとされています。

また運動も有効な予防の一つとされています。定期的な運動は、エンドルフィン(幸せホルモン)を分泌させ、気分を高揚させる効果があります。できるだけ外に出てウォーキングやジョギングなどの軽い運動をすることで心身の健康に良い影響を与えられます。

最後にバランスの取れた食事でも予防に効果的です。特にセロトニンの材料となる必須アミノ酸であるトリプトファンを意識して取り入れることが重要となります。鶏肉や鮭などの動物性のタンパク質も良いですが、大豆などの植物性のタンパク質から摂取するのがよりトリプトファンが吸収されやすいそうです。

過度なストレスによるうつ病というものもありますが冬季うつのように体のバランスが崩れることにより発症する冬季うつといったものもあります。日常の中でちょっとした気分の落ち込みは実はこういったバランスが崩れていることが原因かもしれません。

(健康福祉課)

◆◆絵本のススメ◆◆

冬は日照時間が少なく、九重町の冬は特に気温も過酷で長く感じます。春はもうすぐそこなのに、どうしても気が減入りがち…なんてことはありませんか?今回はそんな時にお勧めな、ちょっと心があたたまる・ちょっと泣ける絵本たちを紹介したいと思います。

大人への読み聞かせの効果・・・ある研究で、大人が自分で絵本を黙読した場合と他の人に読んでもらった場合の脳の活動を比較したところ、他の人に読んでもらった方が脳がリラックス状態になることが分かっています。どうやら、読む人の声や抑揚など音の作用が起因しているようですが、絵の雰囲気・読み手との関係性・その場の雰囲気などの要素も関係するようです。

ある図書館利用者さんから、「親子で同じ本をお互いに読み聞かせしあっています!」というお話を聞いたことがあります。絵本は老若男女、誰が読んでよく、読み聞かせは“親→子”にでなくてもいい!!柔軟な発想が素敵だな、と感じたエピソードでした。

大人になっても絵本の世界に救われたり、小さな頃に読んだ絵本をもう一度読み返してみたら、新しい発見があった!という経験がある方もいるかもしれません。「疲れすぎていて、本を読んでも内容が入ってこない…」という方にも絵本読書、ぜひおすすめですよ(^ ▽ ^)/



もうじきたべられるぼく

はせがわゆうじ
お肉になる前にもう一度、お母さんに逢いたい牛のおはなし。



私はネコが嫌いだ。

よこただいすけ
「ネコが嫌いだ」というおじいさんの元にやってきた黒猫。その最期に・・・



わすれていいから

大森裕子
猫は人間のことをこんな風に想ってくれているのかもしれない。



やさしいライオン

やなせたかし
犬に育てられたライオンは、強くやさしいライオンになりました。



ジローとぼく

大島妙子
入れ替わっちゃったジローとぼく。宿題しなくていいなんて最高!



しげちゃん

室井滋
名前の事で様々な思いをした、女優・室井滋さんの幼少期の実話。

お知らせ

●「おはなし会」毎月第2土曜 (10時30分～11時)



2月のおはなし会のボランティアグループは「ぶちトマト」のみなさんでした。(2月8日)

3月の担当は「チームそらまめくん」のみなさんです。(3月8日予定)

雪が残る中のお客様・ボランティアさんのご参加、ありがとうございました!



▲1月の担当は「スター」さん でした



▲1月に読んだ本

新刊・新着図書案内

～春の足音を探しに図書館へ～

●児童図書・コミック

きらきらびかびかメリークリスマス!脳科学にもとづいた知育絵本7 瀧靖之
だいどころのたね しぜんにタッチ!
おせち こどものとも絵本
いろいろはっぱ
藤井聡太ものがたり
くらべた・しらべた野山のいろいろうんこ図鑑
クジラがしんだら
いのちのかぞえかた
小学生のための「麻雀」教科書
そのギモン、カガクの手カラで答えます 日本経済新聞社編集サイエンスグループ
ONE PIECE 110巻
内田有美
小寺卓矢
藤井聡太
盛口満
江口絵理
こやまくんどう
おおつきべるの
尾田栄一郎
その他多数

●一般図書

ヘイ・ジュード(文庫)
満月珈琲店の星詠み⑥(文庫)
正体(文庫)
酒と飯(文庫)
魔食味見方同心③閻魔様の怒り寿司(文庫)
十字屋敷のピエロ(文庫)
ドヴォルザークに染まるころ
ゆびさきに魔法
イツ・ダ・ボム
穢れた聖地巡礼について
できるゼロからはじめるパソコンお引越しWindows8.1/10から11超入門
小路幸也
望月麻衣
染井為人
岡本さとる
風野真知雄
東野圭吾
町田そのこ
三浦しをん
井上先斗
背筋

1日1つであらゆる厄を幸運に変える!開運年表
イスラム移民
鳶屋重三郎と江戸の文化を彩った天才たち
図解による民事訴訟のしくみ
血栓を溶かす、つくらない!食べ物と食べ方
血液循環の名医が明かす!1週間で血圧が自然に下がる本
かくれ低血糖との付き合い方
頭痛、めまい、関節痛自分で治す気象病
風呂と愛國
本当の自由を手に入れるお金の大学
医者にヨボヨボにされない47の心得
小さくてもリアル手のひらサイズのあみぐるみワンコ
フェルトで作る干支と縁起のいい飾りもの
有元家の「これさえあれば」
ごくごく飲みほすだしの本
いちばんやさしい魚の食べ方
カジュアルホームパ
タオル1枚でピカピカ!新津春子流おうち掃除術
決定版!のたるみ・しわ・老け顔・しみを自力で治す名医のワザ
東京ディズニーリゾートトリビアガイドブック2025 ディズニーファン編集部
70歳からのスマホまねるだけ講座
わたしの親が老害なんて
超シルバー川柳 レッツゴー100歳編
つい昨日のできごと
引き出しに夕方をしまっておいた

志賀美春
飯山陽
福田智弘
神田将
伊賀瀬道也
渡辺尚彦
岡城美雪
佐藤純
川端美季
岡@リベ大学長
和田秀樹
真道美恵子
有元葉子
吉田麻子
飛田和緒
上田淳子
新津春子
日比野佐和子
岡嶋裕史
西野みや子
みやぎシルバーネット
小手鞠るい
ハン・ガン
その他多数

町からのお知らせ

献血にご協力を
お願いします！

- とき 3月26日(水)
午前10時～正午
午後1時30分～4時
- ところ 九重町役場 玄関フロア
- お問い合わせ 保健福祉センター
(☎0973・76・3838)



▲HP

各種相談(相談無料)

大分県交通事故相談

【電話・面接相談】

- とき 月曜日～金曜日(祝日、振替休日、年末年始の休日を除く)
午前8時30分～正午
午後1時～午後5時15分
- ところ 大分県庁 別館5階
- お問い合わせ 交通事故相談所
(県生活環境部生活環境企画課内)
(☎097・506・2166)
- 巡回相談(予約制)
■とき 3月11日(火)
午前10時30分～午後3時

- ところ 県西部振興局(日田市)
- お問い合わせ 県西部振興局
(☎0973・23・2200)

遺言等無料公証相談

- とき 平日の午前9時～正午、
午後1時～午後5時
- ところ 日田公証役場(日田市)

内容

①遺言のほか、高齢者等の財産管理、土地・建物の賃貸借・売買、金銭貸借、離婚給付、尊厳死宣言などの公正証書の作成に関する相談 ②会社定款や契約書類の認証等に関する相談 ③相続問題に関する相談

- その他 電話で事前受付が必要
- お問い合わせ 日田公証役場
(☎0973・24・6751)

行政書士会日田支部無料相談会

- とき 3月6日(木)
午後1時～午後3時
- ところ 九重町役場3階302会議室
- 内容 相続、遺言、農地転用、許認可申請、技能実習等外国人雇用等
- お問い合わせ 大分県行政書士会日田支部
(☎090・8289・4664)

試験・講習会

大分県立日田高等技術専門校
令和7年度訓練生募集(一般後期)

- 募集期間 3月17日(月)まで
- 試験日 3月19日(水)
- 合格発表 3月24日(月)
- 募集内容 オフィスビジネス科20名
ガーデンエクステリア科20名
- 入校日 令和7年4月8日(火)
- 訓練期間 1年間(4月入校)
- 授業料 無料(入校時に教科書等の実費が必要)
- 申込方法 各ハローワークで職業相談を受けたのち、願書を提出してください。
- お問い合わせ 大分県立日田高等技術専門校
日田市朝日ヶ丘576・10
(☎0973・22・0789)

令和7年度点訳・
音訳ボランティア養成講習会

- 視覚障がい者に対する県民の正しい理解を深め、障がいのある人もない人もともに明るく暮らすことができる社会づくりを推進するとともに「点訳」「音訳」活動を通して視覚障がい者の社会参加と自立の促進、ひいては文化の向上に寄与することをもって目的とする。
- 募集条件 (1)原則として講習会を毎回受

- 講でできる方
- (2) パソコンをお持ちで簡単な操作のできる方
- (3) 講習会終了後はボランティアとして継続して点字図書館における点字図書・録音図書等の制作等に協力できる方

講習会内容

●点訳ボランティア養成講習会

- 期間 令和7年4月～令和8年3月の1年間(延べ40回程度)
- 日時 毎週金曜日 午前10時～正午
- 場所 大分県点字図書館
- 受講料 無料
- 募集人員 16名程度
- その他 講習会の後半にはパソコンによる点訳の実習を行う。

●音訳ボランティア養成講習会

- 期間 令和7年4月～令和8年3月の1年間(延べ40回程度)
- 日時 毎週火曜日 午前10時～正午
- 場所 大分県点字図書館
- 受講料 無料
- 募集人員 16名程度
- その他 講習会ではパソコンを使用したデジタル録音を行う。
- 応募方法 受講希望者は、メールまたは往復はがきに「希望講習名・住所・氏名・年齢・電話番号・リモート受講の可否」を明記し、大分県点字図書

館まで
応募期限 3月11日(火)まで
受講者の決定
 (1) 受講希望者あてに説明会の案内を送付する
 説明会開催日
 点訳・・・3月21日(金)
 音訳・・・3月18日(火)
 (2) 応募者多数の場合は、抽選により決定する

お問い合わせ
 社会福祉法人大分県盲人協会
 大分県庁字図書館
 〒870-0043
 大分市中島東1-2-28
 大分県盲人福祉センター2階
 (☎097-538-0399)
 (FAX097-538-0537)
 メール
 oita-kenmou.tenjishokan@mbr.nifty.com

訓練コース説明会&施設見学会参加者募集

再就職を目指す、求職者のみなさん。職業訓練施設を見学して、あなたにぴったりの訓練コースを見つけてみませんか。

と き
【説明会】 3月11日(火)・25日(火)
【見学会】 3月4日(火)・18日(火)
申込み・お問い合わせ
 ポリテクセンター大分(受講者係)
 (☎097-529-8615)

お知らせ
林業退職金共済制度(林退共)のご案内

特徴
 掛金は、税法上について、法人では損金、個人企業では必要経費となります。掛金の一部を国が免除します。雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されま

事業主の皆様へ
 共済証紙は労働日数に応じて適正に貼付してください。共済手帳を所持している従事者が林業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するように指導してください。

労働者の皆様へ
 事業所が変わるときは共済手帳を忘れずに受取りましょう。林業界を引退するときは、忘れずに退職金請求しましょう。以前、林業の仕事をされ、林退共制度に加入していた方で、退職金請求手続きをしたお心当たりのない方は、退職金を受け取っていない可能性があります。

お問い合わせ
 独立行政法人勤労者退職金共済機構 林業退職金共済事業本部
 (☎03-6731-2889)



▲HP

大分県特定(産業別)最低賃金の改正について

大分県内の特定の産業で働く方に適用される大分県特定最低賃金が令和6年12月25日から「時間額954円」に改正されました。

この最低賃金額は大分県内で働くすべての労働者に適用されます。ただし、特定(産業別)最低賃金対象業種に該当する場合には、当該最低賃金が適用されます。

お問い合わせ
 大分労働局労働基準部賃金室
 (☎097-536-3215)

九重町制施行70周年記念事業世界無形文化遺産「モンゴル民族音楽」風と大地のコンサート



と き 3月22日(土)
開場 午後5時 **開演** 午後6時
と ころ 九重文化センター(大ホール)
入場料 無料
 ※入場整理券または事前申込が必要

要です。

※未就学児の入場は、遠慮願います。
その他
 モンゴルアルハンガイ県から寄贈された移動式住居(ゲル)の展示会も同時開催

お問い合わせ 九重文化センター
 (☎0973-76-3888)
 (FAX097-537-2492)



▲HP



▲申込





歳時記

「恵方巻」は節分に恵方を向いて食べる縁起物の巻寿司です。「名ばかりの春」とは、どんな春だろう。想像も広がります。恵方巻を頬張る清子さんの顔が目に浮かびます。

名ばかりの春無事を祈りて恵方巻 四方 清子

推薦三句

豊縁半目の春の陽射しかな 志賀 文子

目幅の一部が豊縁の下に隠れたものを「半目」と言います。そこに当たる陽射しに春の近づきを感じています。俳句の材料はどこにでもあるよというお手本の一句。

初詣白蛇抱く妻の笑み 時松 干城

白鳥神社の九重白蛇参拝所は知る人ぞ知る名所。初詣に来た人が白蛇に直面、そして手にすることもひんやりしてつるつる、意外と可愛い感じだとか。奥様の顔が目には浮かびます。

筆ペンで晴れと書きたり初日記 竹尾 きくみ

新年は良いお天気でした。初めてつける日記の第一文字は「晴れ」何とも清々しいお元日。しかも、ボールペンではなく「筆ペン」です。上五の意外な取り合わせが共感を呼びました。

(句評) 半目の春、白蛇を抱く妻、筆ペンで書く初日記、五七五の愉しさが集結です。「こと」「もの」「様子」俳句の材料は身の周りに転がっているよというお手本です。春も近づいています。元気に大空を見上げましょう。

俳句なんでもQ&A 「て・に・を・は」を考える

Q 俳句基本は、五七五と季語に並んで「て・に・を・は」にあると言われますが、今少し、よく理解できません。どういうことか教えてください。

A 「て・に・を・は」とは主に助詞のこと。俳句は、短いので助詞の使い方一つで意味がよくなることも悪くなることもありますので、助詞を少なくし、名詞主体の構成で説明を控えましょうということですね。添削例です。①(雨戸を打つ羽音の激しき朝寝かな) (原句) 雨戸打つ羽音激しき朝寝かな。(添削後) ②(朝寝して雨戸ひそかに繰りにけり) (原句) (大朝寝雨戸ひそかに繰りにけり) (添削後) 要するに「てにをは」○○して、○○に、○○を、○○は、という表現は、できるだけ少なめということですね。

読者俳句

佳作 二十席

凍て付く日夕陽の湧蓋笑みこぼす ヤスコ

傘ひとつ残るバス停はだれ雪 トシ子

春兆す八十路のアルトリズムかな 香澄

落とし穴ハマリ双六五個戻る 直人

居間は春坊がづる讃歌流れけり 左世美

寒紅をうすく八十路の酒の爛 末子

甘酒で洒落たつもりの雪見かな チズ子

七草を振舞いたきやカザの子ら 八千子

七草や今年どれから摘むつもり 豊國

孫夫婦おきな見抱き福寿草 スエノ

こんな日は大鍋コトコト粕の汁 則子

断捨離を終えし八十路の去年今年 桐友

節分や年の数ほど豆食べる 良子

飯の杖つきて春の香染しめり 律子

皴ひとつ増えた新年これもよし 次江

凜として窓辺に一輪福寿草 純子

春着の子豆腐配りの父を待つ 恵子

節分やキンパ並べて新文化 春蘭

胴衣つけ声も気合の寒稽古 重吉

梅の木は裸になって春を待つ 玲子

(後記) 二月は二十八日までです。三月の投稿少し早めに投稿をいただと助かります。読者俳句に対するご意見、ご要望もお寄せください。

人の動き

1月1日～1月末日届出分

人口と世帯

人口	8,277人	(-25)
男	3,959人	(-16)
女	4,318人	(-9)
世帯	3,847	(+4)

() は前月からの増減

弔慰

(敬称略) お悔やみ申し上げます

おなまえ	年齢	行政区
井上孝太郎	94	富来口
江藤京子	74	中板
小川一三	80	野矢
小俣裕治	69	下旦三
岐部美和	79	串野下
熊井暉	92	中村
財津富雄	87	引治二
嶋津熊雄	87	桐木一
田吹とよの	89	北恵良二
中野みすず	82	下旦七
永松安彦	85	富迫上
松木新八	70	川下北
満安勝藏	93	寺床
森正昭	80	北方下
矢野幸子	87	中板
矢野忠幸	87	富迫下
矢野ヤエ子	92	富迫上
吉光キミエ	99	桐木二
若杉将夫	76	口の園
吉嶺富義	90	中村

すくすく このえっ子 お子さんの写真募集!!

広報このえでは、1歳・2歳・3歳の誕生日を迎えるお子さんをご紹介するコーナーに掲載する、保護者の皆さまからの写真を募集しています!

★九重町に在住(住民票のある)のお子さんが対象です。

★お誕生日の月の広報このえに”お子さんの顔写真”、”お名前(ふりがな)”、”保護者名”を掲載します。

★詳しくは、九重町ホームページをご覧ください。

応募方法

・お子さんの誕生月の応募締切日までに、応募フォーム(外部サイト: <https://logoform.jp/form/cSUd/77948>)から顔写真をお送りください。

応募締切

・3月がお誕生日のお子さん: 2月28日(金)まで
・4月がお誕生日のお子さん: 3月28日(金)まで

注意点

・お送りいただいた写真や情報は本目的以外には使用しません。
・必ず、対象のお子さんの保護者が応募をしてください。代理の応募や承諾を得ずに応募することはトラブルの原因となりますので、行わないようにしてください。

問 情報デジタル推進課 ☎0973-76-3874



▲応募フォーム ▲九重町HP

九重町公式LINE友だち募集中!

九重町 LINE 公式アカウントがリニューアルしました。友だち登録時の情報登録アンケートにご回答いただくことで、ご自身の配信希望ジャンルに沿った情報を受け取ることができるようになりました。また、居住地区のゴミ出し日を通知する機能が備わりました。ぜひご利用ください。

問 情報デジタル推進課

☎0973-76-3874

友だち登録はこちらから➡



▲九重町 LINE 公式アカウント

出生

おめでとうございます (敬称略)

おなまえ	性別	保護者	行政区
穴井仁	男	達大	下旦四
西田芽桂	女	春佳	中村上

町の面積 / 271.37km² 町の木 / くぬぎ
花 / ミヤマキリシマ 鳥 / カッコウ

110 交通安全

2025.1月末

町内地区別事故発生状況 ※速報値

地区別	人身事故		物損事故	件数計
	死者	負傷者		
東飯田			2	2
野上		1	1	3
飯田			13	13
南山田			6	6
計	1	1	24	25

編集後記

みつばこども園での節分の豆まきに現れた2匹(2人?)の鬼の迫力が写真だけでは伝えきれないのが惜しいところです。動きや声色はまさに”本物の鬼”でした。鬼を見た園児の反応が年齢によってはっきり違ったのが興味深かったです。

それから毎年恒例の「OABふるさとCM大賞」に九重町も出場します。番組は3月12日(水)午後6時30分から放送予定です。お時間ございましたらぜひご覧ください。 T.U

2月・3月の休日当番医

月	日	医院名	住所	電話番号
2月	23日	長内科小児科胃腸科医院	春日町	0973-72-2143
	24日	玖珠記念病院	塚脇	0973-72-1127
3月	2日	麻生消化器科内科	山田	0973-72-7100
	9日	友成(町田)医院	町田	0973-78-8811
	16日	井上医院	恵良	0973-76-2711
	20日	三池循環器科内科クリニック	塚脇	0973-72-6101
	23日	友成(塚脇)医院	塚脇	0973-72-0330
	30日	小中病院	塚脇	0973-72-2167

<発熱や風邪などの症状があるときの受診方法について>

◎「かかりつけ医など身近な医療機関」に電話で相談のうえ受診してください

◎受診先に悩む場合 [医療情報ネット](#) のホームページから検索してください。

月	日	医院名	住所	電話番号
2月	23日	せさき歯科医院	日田市	0973-23-6481
	24日	ごとう歯科医院	日田市	0973-22-0002

●当番医設定のない休日の歯の急患は、別府口腔保健センター(別府市 0977-21-5657)で対応します。

★都合で変更する場合があります。

このえ健康ダイヤル



0120-511-658 (24時間年中無休無料健康相談)

急な病気、心の不調、育児、介護などご相談ください

広報このえは、環境にやさしい再生紙と植物性インクを使用しています。

広報このえは、UD文字を使用しています。