

とらべつ

歴史余話

昭和27年発刊の『広報とらべつ』（発刊時の名称は『社会教育弘報とらべつ』）に掲載された健康に関する記事が続けて追うと、それぞれの時代の変化が見られます。

発刊から昭和40年代にかけては、まず伝染病に関する記事が目立ちます。特に赤痢は全国的に戦後感染者、死者が多く、広報誌でも予防の呼びかけを何度も行っています。同様に栄養に関するものも多く、「栄養三色運動 保健所を通じて全道に展開」という記事（昭和29年4月）では、「昭和27年度の国民栄養調査によって、道民は栄養不足から起こる病気にかかっている率が、全国平均に比べて甚だ高い」ことから、バランスよく栄養をとって健康になろうと呼びかけています。

昭和45年には「保健メモ」シリーズが登場し、健康に関する記事が連載されるようになりました。この頃から成人病、がん、肥満、飲酒等の記事が増えます。昭和46年12月の記事「栄養のととり方と高血圧の食事について」には、バランスの良い栄養摂取と同時に、「腹八分目を守り標準体重を維持する」ことも記載され、前の時代との変化を実感させます。がん患者の増加から検診の呼びかけも多いほか、精神面についての記事も見られ、休息の大切さが説かれています。高度経済成長期の中、健康を保つ難しさを感じさせます。

昭和60年代以降は介護や子育ての記事が登場します。平成9年6月の「高齢者が自宅で生活するためには」では、介護を自分だけでやろうとせず、ヘルパーを利用し、「介護の疲れを取るだけでなく、今後も介護を続けていこうとする“エネルギー”」にしてほしいと訴えています。また平成11年1月の『子育て』についてでは、育児の不安を取り除く

ため、町の育児サークルなどの利用をすすめています。平成14年からは「いきいき健康生活」シリーズが始まり、認知症や介護についての記事はさらに増えます。

このように発刊当時の伝染病予防、栄養摂取のすすめから、時代が下るにつれて「心身ともに健康に」という意識が変わり、さらに時代が進むと、育児中の親や介護者への精神的支えとなる記事が増えます。ここには時代の変化と、それに伴う心身の健康の問題が見えてきます。

最後に、昭和45年の記事「農繁期の女性の『つかれ』について」を紹介します。女性は出産育児の上、農繁期には農作業と家事労働があり負担が大きいため、「生産第一主義と、農村の長い習慣による婦人の過労を解決するため、家族全体で協議し、農作業と家事労働の分担や配分について工夫し、農繁期であっても、必要限度の休息、睡眠、栄養、全身運動を確保してほしいものです」とあります。農業が基幹産業の当別町ならではの記事とも言えます

すが、農業に従事する女性の健康への配慮が伝わります。『広報とらべつ』を通して、町や保健師の皆さんがそれぞれの時代の問題と向き合い、町民の心身の健康を促進しようと懸命に努力してきたことが読み取れます。



6カ月・1歳児の健康診断の様子
(昭和51年3月)

第36回 『広報とらべつ』が映す時代と健康

札幌大学歴史文化財展示室

金沢

恵理

(注) 広報とらべつの引用文は、読みやすさを考慮して、現代仮名遣いに改めた。

全日本スカッシュ選手権大会と
全日本学生スカッシュ選手権大会に出場！

山内 潮音 さん



2023年度北海道学生選手権大会で準優勝した時の様子

ここに書ききれないエピソードや写真は
当別町ホームページ「現代を生きる+」
でご覧ください。



今回は、北海道医療大学の学生として学業に励みつつ、今年開催される第52回全日本スカッシュ選手権大会、第50回全日本学生スカッシュ選手権大会に出場する山内潮音さんに話をお聞きました。

再び歩み始めた道

小学1年生から4年生まで、全国大会を目指すようなジュニアチームでバドミントンをしていました。ただ、練習がハードだったことと、怪我をしたことがきっかけで競技から離れました。ほかに自分に合ったラケットスポーツがないかを探していた時、室内で快適にプレーができるスカッシュを見つけ、競技を開始。しかし、緊張しやすい性格から試合で萎縮し、本来の力を発揮できないのが嫌になり、中学3年生の時に辞めてしまいました。

スカッシュを再び始める気持ちが芽生えたきっかけは、大学入学後に始めたアルバイトでした。スポーツジムの中にあるスカッシュのコートで練習相手や指導をするというもので、スカッシュの懐か

しさと、久しぶりに体を動かした
い気持ちが沸き上がり、再開する
ことを決めました。

スカッシュとは

四方を壁に囲まれたコートで、ラケットと小さいゴムボールを使用し、1試合11ポイント先取の3ゲームか5ゲームマッチで競います。試合時間は、およそ30分から1時間半以上かかることも。サーブはコート中央の左右にあるサービスボックスに片足をつけた状態で行い、その後はボールが2バウンドする前に真正面の壁に1度当て、相手に返球します。

スカッシュは全方向壁に囲まれているので、正面ではなく横や後ろの壁からボールが来ることが多く、ボールの角度と速さをもとに、ボールが落ちてくる位置を予測する必要がありますので、そこが面白くて難しいところだと思います。

練習では

現在、大会前ということもあり、週に3回、1日2時間ほど練習をしています。私はチームなどに所属していないので、名前もわから

ないような人とも練習することがあります。そのため、大学生以外の大人と関わる機会が多く、技術だけでなく精神的にも成長していると感じています。

ただ、スカッシュができる施設が少ないので、追加競技となった2028年のロス五輪で知名度を上げ、競技人口が増加し、コートが増えてくれれば嬉しいです。

これからの目標

何よりも、スカッシュを楽しむことを大事にしたいです。中学生の頃は、嫌になって辞めてしまったので、それを繰り返さないようにしたいです。

大会では全日本選手権で1勝、全日本学生選手権でベスト8に入ることが目標です。そのためにも、ボールのコントロールや緩急をつけるといった技術を伸ばしていけたらと思います。

また、大学ではリハビリテーション科学部言語聴覚療法学科の2年生として学業に励んでおり、スカッシュだけではなく言語聴覚士という国家資格を取るためにも、文武両道で頑張りたいです。