

ふるさと わがまち わが地域

太古の息吹を受け継ぐ

筆石(ふでし)地区 (更新1)281101

世帯数 39世帯
人口 96人
(平成28年9月末)

前回(25年7月1日)より
世帯数 ▲1世帯
人口 ▲8人

世帯数 33世帯
人口 170人
(昭和30年10月1日)

★地区概要

筆石は、『順国志』に鐸石別尊(ふでしわけのみこと)竹野郡鐸石の里より始めて貢を入れる故此の郷を名とす一とあり、筆石集落のおこりとみるべきであろう。その昔「ステシ」あるいは「ヌデシ」の呼名が記紀に見える。(引用丹後町史より)
京都自然200選丹後の地形の「筆石海岸段丘」「屏風岩」などがあります。
「屏風岩」は、1500万年ほど前に堆積した火山灰などの地層中に貫入したマグマが固まったものです。貫入した岩石は周囲の岩石より硬いため、削り残され、この「屏風岩」から北西・南東方向に**小島**が直線状に並んでいます。これらはマグマが、板状に貫入したことを示しています。(案内板より)



屏風岩



柵塚古墳

柵塚古墳は、竹野川河口から東へ約1.5Kmの日本海に面した、海岸段丘上に位置する方墳で現存する墳丘は一辺約20m、高さ約4mを測る。平成元年度に範囲確認調査を実施したところ、古墳の周りに周溝があり外周は一辺約40m、幅約7.5m、深さ0.8mであることがわかった。周溝の内側に古墳の基底線を求めると当古墳の規模は一辺約25mと推定される。また、調査中に**円筒埴輪**の破片が採取された。川西宏氏の編年基準によるとⅢ期であり、黒班があり低温度で焼成されており、埴輪から判断して当古墳の築造年代は5世紀中頃と推定され、当地域の首長墓とされています。(筆石区案内板より)



右は「屏風岩」の頂上に厳しい自然環境に耐えて、たくましく生命を宿している二代目の松です。(裏側からの写真です)
左は、「屏風岩」後方にある。筆石のプチ海水浴場です。



筆石公会堂

筆石公会堂では、役員会が月1回開催され区の問題点や、将来像を話し合っています。緊急を要することとして、**鳥獣被害対策**、**自主防災組織化**等の問題点があります。また、女子(おなご)会が、毎月ではないですが「ゴキブリ団子」作りや、勉強会、会食などで集まり、女性の視点から区の将来を考えています。

脳の活性化に役立つおすすめの訓練

- ①「出来事記憶訓練」
 - ・家計簿 ・日記
- ②「注意分割機能」訓練
 - ・2つ以上の作業を同時に
- ③「計画力」訓練
 - ・買い物、旅行の計画
- ④生活習慣の改善、運動

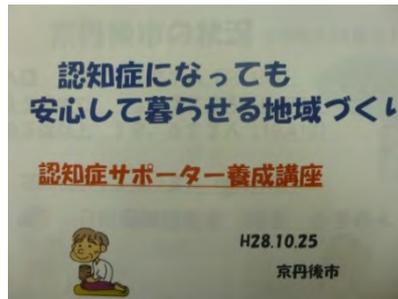


物忘れと認知症の違い

<加齢に伴うもの>	<認知症>
体験の一部を忘れる	体験の全部を忘れる
物忘れの自覚あり	物忘れの自覚ない
別の機会に思い出す	思い出せず作話まじる

認知症にならないための7つの法則

- ①散歩する
- ②新聞を声に出して読む。
- ③料理を作る。
- ④社会と交わる。
- ⑤電車・バスで出かける。
- ⑥日記をつける。
- ⑦恋をする。おしゃれが一番！



女子会(おなごかい)

平成28年10月25日(火)に開催された「認知症サポーター」講座です。参加者は女子会12名(欠席1名)の皆さんです。

講師は保健師さん、介護福祉士さん、訪問看護師さんです。



相談件数 第1位 認知症

- ・介護保険の認定者の約7割が認知症にチェック

認知症の発生率

65歳以上の人の15%

京丹後市 19623人の15%は 2943人(推定)

認知症は、誰でもかかる可能性がある！



認知症を引き起こす病気

★アルツハイマー型認知症 (50%)

脳細胞そのものが減少する。(脳の萎縮)

☆現在では、「完治は不可能」進行する病気

しかし、進行を遅らせる効果のある薬はある。

★脳血管性認知症 (20%)

脳梗塞・脳出血などの病気が原因で、脳細胞が死んでしまうことで起こる病気

☆生活習慣病を防ぐことで減らせる。

☆脳の血液の循環をよくする薬もある。





防火用水を兼ねた筆石池



三柱神社

稚産靈神・倉稻魂神・保食神を祭る。
明治四年五月村社となる。



稻荷神社



浜辺に行く道中に田んぼの水が流れて
自然にできたプチ滝



文化・歴史



地元ではあまりにも超有名です。「屏風岩」から
左へ「ジジ岩」「ババ岩」
そして、一つ飛ばして
「鳥岩」があります。



地藏尊

