

富士山の話 あれこれ

富士山に登ったことがありますか。登山は今ではレジャーやスポーツですが、大昔の人達は、山には神様が住んでいると信じていました。

空に高くそびえたち、ときどき火をふいて怒る山。山に神様が住んでいると信じた大昔の人達の心もわかるような気がしませんか。

山にも長い歴史があります。山を神聖なものとして、女の人が山に登れない時代もありました。

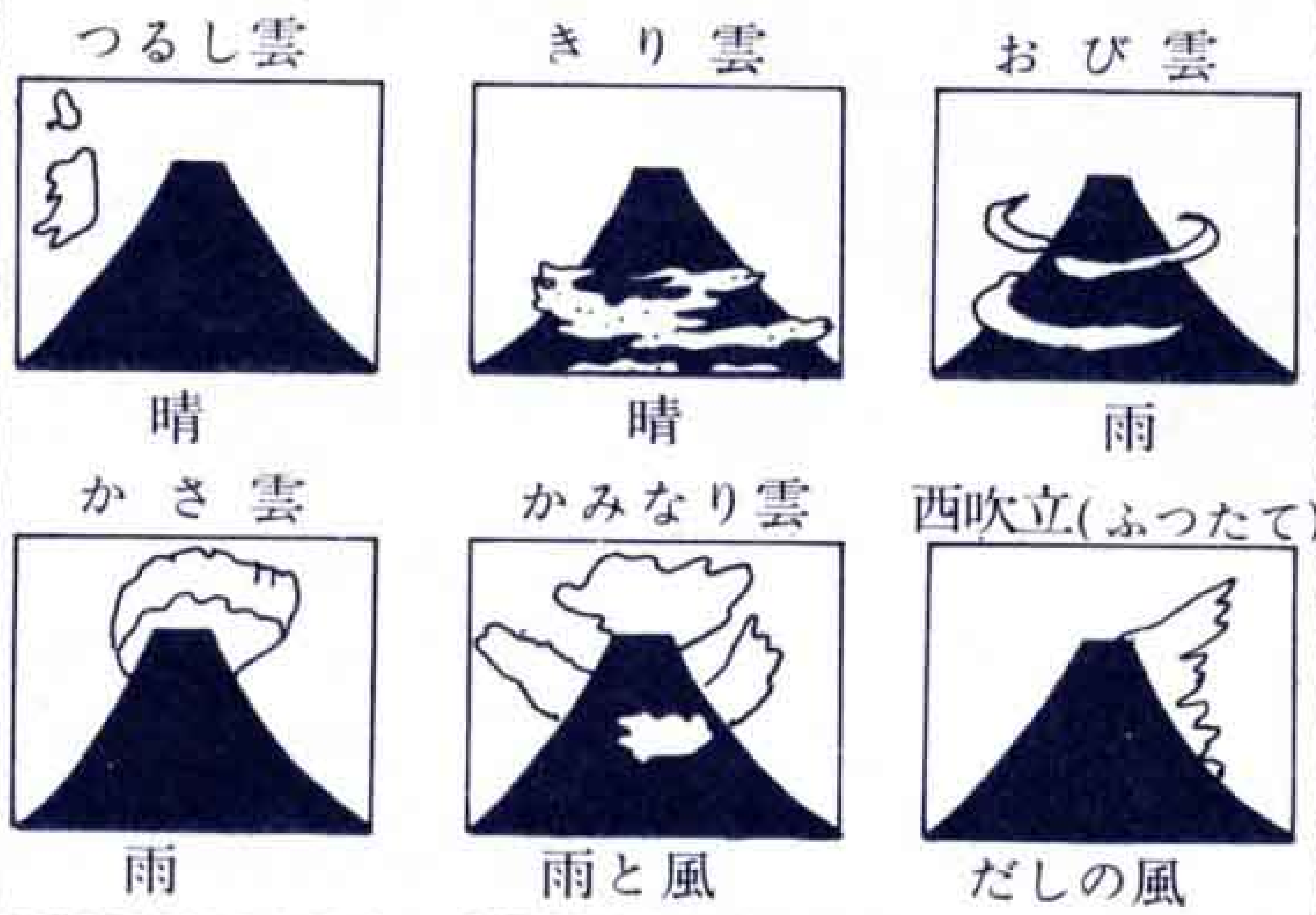
登山が盛んになったのは、江戸時代からです。江戸時代は、富士山の神様を信仰する富士講（ふじこう）の人達が、多ぜい山に入りました。

外国人で一番最初に登ったのは、英国公使のオールコックという人で

1860年のことです。ちょうどそのころは、外国人の暗殺や殺傷事件があって、心配した幕府は強い武士をごえいにつけました。一行は、吉原宿にも泊ったそうです。もしかしたら吉原宿の人達は助郷にでたかもしれませんね。

最後にこわい話をひとつ。富士山は、今はふん火を休んでいる休火山ですが、いつかはふん火するかもしれません。ドロドロしたあついよう岩が私達の街にも流れてきたら……。でもこれは数千年くらい先の話です。

富士山の雲と天気



泳ぐときはこんなことに注意して



みんなが楽しく泳ごうよ!!

- 熱や体のぐあいの悪いときは、泳がないようにしましょう。
- 泳ぐまえに、準備体操を。
- 水泳は、はげしい運動です。ときどき手足をのぼして休もう。
- すべってケガをします。プールサイドを走らないようにしましょう。
- ぼうし、うきわ、海水パンツ、タオルなど忘れ物がたくさんあります。持ち物はよくたしかめて。
- プールはみんなが使います。いつもきれいに、ゴミはゴミ箱にすてよう。

夏は水の季節
市民プールは、6月15日にオープンです。料金は、小学生と中学生が50円、高校生は100円です。きまりを守って、みんなで楽しく泳ごうよ。



-2-

**ぜんそく児
まず体を
きたえよう**
ぜんそくは、ほとんどの発作は、ほとんどが夜中です。ゼイゼイと苦しい息づかいの子供「自分がかわ

れるものなら……と、このお母さんもいます。ぜんそくの原因は複雑です。
アレルギー体質や生まれつき気管支の弱い子供が、カゼをひいたり、空気がよこれ、天候、食べ物などいろいろなことから、ぜんそくになってしまいうです。
ぜんそくの子供は、とくに体力づくりも大切です。冷水まさつや乾布まさつ、日光浴そのほかマラソンや腹式呼吸をとり入れたぜんそく体操も効果があります。
ぜんそくは、なかなか治りにくい病気ですが、薬にたよるだけでなく、病気に負けない強い体をつくる努力やくふうをしてみましょう。