おかしん

2019
9
VOL.782

かがやきびと　心のふるさと千万町楽校

前田 正剛氏　平松 聰志氏　杉本 たけ子氏

LIFE「高血圧にご注意を」／ おかしん夏の学校「東レ岡崎キッズサイエンススクール2019」

心のふるさと
ぜまんじょうがっこう
千万町楽校

千万町町（ぜまんじょうちょう）・木下町（きくだしちょう）は、岡崎市額田地区にある戸数60数戸の小さな集落です。緑の山々に囲まれ、清流乙川が流れる豊かな自然に恵まれたこの地に「千万町楽校（ぜまんじょうがっこう）」はあります。額田地区という山里に魅力を感じ、創作活動をされているアーティストを中心に展開される「山里アート」は、千万町楽校を拠点に、多くの方々に山里の魅力を発信しています。

当金庫では、岡崎市の水源地である乙川源流部と岡崎市の中心部との交流の一環として、山里での活動を知っていただくきっかけとなればと、当金庫資料館にて2018年より「山里アート」を開催しています（なお当金庫資料館は免震化工事のため2020年冬頃（予定）まで休館中）。また、インタビューを通してアーティストの方々の作品や山里に寄せる思いなどをご紹介できればと、シリーズでお話を伺っています。

千万町楽校
〒444-3432
愛知県岡崎市千万町町字宮西８
http://zemanjogakko.kirara.st/
問い合わせ:090-7687-7855（荻野）

岡崎信用金庫では、地域で活躍するさまざまな方を応援しています。
このコーナーでは、文化、芸術、スポーツの分野で活躍する方を紹介していきます。

陶芸家 前田 正剛 氏

掛分釉描蓋付壺「美男葛」

鉄絵掛分釉彩四方鉢「牡丹」

掛分釉描二稜花陶匣「椿」

●まえだ　せいごう さん

1968年、愛知県岡崎市生まれ。50歳。
1993年、愛知県立芸術大学 陶磁専攻卒業。加藤作助、長池潤一 両師に師事。1993年、東海伝統工芸展初入選（以降毎年入選）をはじめ、多くの賞を受賞。
2003年、米国フィラデルフィア美術館に作品収蔵。
全国のギャラリー・百貨店にて個展、グループ展を開催。

Seigo Maeda

日本の四季は本当に美しい。季節の移り変わりをダイレクトに感じられる額田での暮らしは、草木や虫、野鳥などから多くの感動をもらっています。

高校生の頃、物を作る仕事がしたいと考えながらも進路を決めかねていたとき、兄に背中を押され芸術大学への進学を決意。初めはイラストレータを目指していましたが、平面よりも立体の方が向いていることに気づき陶磁専攻に決めました。毎日外へ出て植物をスケッチしたり、ろくろで器を作ったりしているうちに器と料理の盛り付けにも興味がわき、お金を貯めては料亭へ勉強に行っていました。自然には四季が、食材には旬があることを体感として知ることができたのが、今日の作品制作にも影響していると思います。当時、恩師に言われた「地面に根を生やしているところを想像させるような生命を感じさせる絵でなければだめだ」という言葉は今も心に残っています。

卒業後は瀬戸市で陶芸指導員として働いていましたが、制作に専念するため1999年に独立。額田の川沿いに咲く自生のヤブツバキを見たとき一目で気に入り、この地に築窯することを決めました。日本には節句があり、四季を慈しむ豊かさがあります。日々感じる自然の厳しさや美しさ、四季の移ろいを器に描きだし、器を使う方に少しの彩りと季節感を添えられるような器を作れるよう、日々研鑽しています。

リサイクルアート 平松 聰志 氏

くわがた

うまとび

運搬車

●ひらまつ　としゆき さん

1977年、愛知県額田郡（現岡崎市）生まれ。42歳。高校卒業後、自動車関連会社に就職し、溶接・溶断技術を学ぶ。2005年、父が営む自動車修理販売会社に入社。2008年、工場敷地内に「なごみギャラリー」設置。仕事の傍ら国内外で個展開催。岡崎市美術展にて市長賞、日仏現代国際美術展にて奨励賞など多くの賞を受賞するほか各方面メディアにも多数取り上げられている。

Toshiyuki Hiramatsu

人とのつながりを感じられる額田での暮らしがとても気に入っています。作品を通してたくさんの人を癒したい、というのがこれからの目標です。

高校卒業後、自動車関連会社に就職し、溶接・溶断技術を身につけました。28歳のとき、父の経営する自動車修理工場を手伝うため転職、一から整備士の修業をはじめました。

自動車の構造を勉強するためエンジンを分解し、部品の一つである「ピストン」を見たとき、人の顔にしか見えなくて、遊びで手足をつけてみたのが作品作りの始まりです。作っていくうちに、もっと人間らしくしたいなと手足を曲げてみたり、様々なポーズをとらせてみたりしました。作り始めの頃、工場に置いていた作品を見たお客さんが、「見ていて癒されるね」と言ってくれたのがうれしくて、この頃から作品のテーマみたいなものができたのかなと思います。

作品を作るとき、デッサンや図面は描きません。人の動きや作りたい構図が頭の中でイメージ出来たらそれを形にするといった感じです。無機質な金属なのに、ほんの少し角度を変えるだけでがらっと雰囲気が変わって見えるから不思議です。

子どもから大人まで分かりやすい、家族や仲間との何気ない日常の風景や、温かい気持ちになれるような作品を日々制作しています。

陶芸家 杉本たけ子氏

●すぎもと　たけこ さん

1954年、愛知県岡崎市生まれ。
1995年、愛知県立瀬戸窯業高等学校陶芸専攻科卒業。
国内をはじめ、イタリア・ドイツ・フランスなどで個展・グループ展を開催。
国際陶磁器フェスティバル美濃、陶芸ビエンナーレ、朝日陶芸展 入選など、多くの賞を受賞。
9月5日㈭～29日㈰、The Blue Box ギャラリー（岡崎市）にて 杉本たけ子 作品展開催。

Takeko Sugimoto

自然がつくる風景は、そこに存在するだけで天然のアート作品のようです。空、山々、風、土、山里の自然が、私に制作のヒントを与えてくれます。

学生時代は芸術とは無縁でしたが、花嫁修業として華道・茶道を習い始め、抹茶茶碗や茶懐石の器など陶器を目にする機会が増え、陶芸に興味を持ったのが始めたきっかけです。本格的に陶芸を学びたいと思い、38歳で瀬戸窯業高校陶芸専攻科に入学、2年間様々な知識や技術を学びました。

2000年にご縁があって額田の鹿勝川町に築窯しました。それまで暮らしていた街なかとは違い、隣家があるのに静かで制作に集中できます。雨の日、工房の窓から見える空から雨粒の落ちてくる様や、晴れた日の広い空と遠くに見える山々も気に入っています。素朴でシンプルな作品作りをテーマとする私には額田の自然はとても幸せな空間です。

私は作品に、白化粧土※を好んでよく使います。純粋・無垢を連想させる白は私のもっとも好きな色で、赤茶色の古代土器のような作品に白化粧土をかけて現代風にアレンジできないかと試行錯誤してきました。今は、次の作品展に向けて陶土よりきめの細かい陶石を使った作品作りに取り組んでいます。これからも何事も気負わず新しいことにチャレンジしようと思います。

※白色粘土を水に溶いて、泥状にしてから赤土にかけたり、塗ったりします。

高血圧にご注意を

日本では4,300万人(人口の34%)、30歳以上の男性の60%、女性の45%が高血圧と言われています。高血圧は、初期の段階では自覚症状がほとんどなく、日常生活にも支障がないことから放置されがちですが、そのままにしておくと静かに動脈硬化が進行し、ある日突然「脳卒中」「心筋梗塞」など、命にかかわる病気を引き起こすことがあります。そうならないために、高血圧を正しく理解し、予防するよう生活習慣を見直すことが大切です。

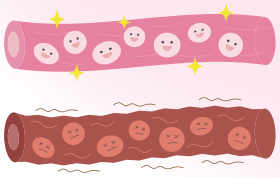
そもそも血圧って何？

血圧とは全身に血液を送るために必要な圧力のことです。血管が狭くなったり、血液の量が増えたり、血液がドロドロしたりすると、血液が流れにくくなります。そのため血液を全身に送り出すのに、強い力が必要になって血管に圧力がかかります。この状態が長く続くことを、高血圧と言います。

血圧の変動に注意しましょう

血圧は常に一定というわけではなく体調や気温、食事、運動、喫煙、ストレスなど、さまざまなことで血圧は上下します。1日のうちでも起床前～起床後が高く、夕方から夜にかけて血圧が下がり、睡眠中が最も血圧が低くなります。特に高血圧の人はこの血圧の変動が激しくなるので、日常生活の中で急激に血圧が上がらないように注意が必要です。脳卒中や心臓病の原因として、注意が必要なのが早朝高血圧。健診などの血圧測定ではわかりづらいため、家庭における血圧測定が重要になります。

診察室血圧と家庭血圧、白衣高血圧と仮面高血圧について



高血圧の人だけでなく一般の人でも、病院などで血圧を測ると、家庭よりも高い数値が出ることが多いことが分かっています。診察室で測定した血圧は「診察室血圧」、家庭で測る血圧を「家庭血圧」と呼びます。日本高血圧学会では、家庭血圧が135/85mmHg以上を高血圧、125/80mmHg未満を正常血圧の基準としています。診察室血圧が、140/90mmHg以上で高血圧、家庭血圧が高血圧でない場合を「白衣高血圧」と呼びます。家庭血圧が高血圧で、診察室血圧が高血圧でない場合を「仮面高血圧」と呼びます。仮面高血圧、特に早朝高血圧は注意が必要です。心血管系の病気になるリスクが高いので、治療が必要となります。

高血圧を防ぐ生活習慣のポイント

ポイント1 食 事

塩分を控えることを中心に、次のポイントに気をつけた食生活を心掛けましょう。

- 1日3食、バランスの良い食事をとる
- 薬味や柑橘系の果汁、香辛料などを利用して、塩分を控える
- 塩辛や漬物など、塩分量の多い食品は少量にする
- 麺類の汁は飲みきらない
- 体内の余分な塩分を排泄する作用のあるカリウムを多く含む新鮮な野菜や果物をとる

ポイント2 運 動

週1回、30分以上の運動を習慣にしましょう。また運動する時間が取れない場合でも、暮らしの中で体を動かす機会を増やしましょう。

- ウォーキングやジョギングなどの有酸素運動を行う
- いつもより歩幅を広く、速く歩くようにする
- 駅や会社内では階段を使う
- 勤め先の休憩時間や家でストレッチ等の運動をする

ポイント3 ストレス

ストレスをため込まないよう心掛けましょう。ストレス解消には、自分なりのストレスコントロール術を身につけておくことが大切です。

- 十分な睡眠をとる
- のんびり過ごす時間を持つ
- 趣味や友人との交流を楽しむ

おかしん夏の学校

「東レ岡崎キッズサイエンススクール2019」開催

2019年７月25日㈭、東レ株式会社岡崎工場で、おかしん夏の学校「東レ岡崎キッズサイエンススクール2019」を開催しました。

当日は、東レ岡崎工場で製造されている製品のショールーム見学会や、東レの最先端素材を使用した、濡れてもすぐにサラサラになる繊維、色水が透明になる繊維などわかりやすい実験が行われ、参加した小学生がものづくりの楽しさに触れ、科学に親しむことができました。

おかしんカーライフプラン
金利優遇キャンペーン実施中！

キャンペーン期間：2019年２月18日(月)～2019年12月31日(火)

カーライフプラン
通常金利 年3.78%～
最大優遇後 年1.68%
(ご融資期間５年以内／固定金利)

カーライフリピートプラン
通常金利 年3.54%～
最大優遇後 年1.47%
(ご融資期間５年以内／固定金利)

おかしんカーライフプラン
および金利優遇内容など、
詳しくはこちらをご覧ください。

ご融資金額 1,000万円まで
ご融資期間 最大10年

※審査の結果、ご希望に添えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。

毎月一回発行
発行所　岡崎市菅生町字元菅四一
発行／岡崎信用金庫　編集／地域振興部
電話〈〇五六四〉二五―七二一三(http://www.okashin.co.jp)

守り育てる資産運用をご提案します

「なごみの杜」の特徴　日米欧の国債、日米欧の株式指数インデックスを中心とした運用を行い、リスクを抑えつつ安定的な収益の確保を目指します。

※購入時手数料:1.08%(消費税込)

【投資信託に関するご注意事項】

- 投資信託は、預金、保険契約ではありません。
- 投資信託は、預金保険機構、保険契約者保護機構の保護の対象ではありません。
- 当金庫が取扱う投資信託は、投資者保護基金の対象ではありません。　投資信託の設定・運用は委託会社が行います。
- 投資信託は、元本および利回り・分配金の保証はありません。
- 投資信託は、組入有価証券等の価格下落や組入有価証券等の発行者の信用状況の悪化等の影響により、基準価額が下落して元本欠損が生ずることがあります。また、外貨建て資産に投資する場合には、為替相場の変動等の影響により、基準価額が下落して元本欠損が生ずることがあります。
- 投資信託の運用による利益および損失は、ご購入されたお客さまに帰属します。
- 投資信託のご購入時には、買付時の１口あたりの基準価額(買付価額)に最大3.24%（税込）を乗じて得た額をご負担いただきます。換金時には、換金時の基準価額に最大0.5%の信託財産留保額が必要となります。また、これらの手数料とは別に投資信託の純資産総額の最大年2.029４%(税込)を信託報酬として、信託財産を通じてご負担いただきます。
- 投資信託の取得のお申込に関しては、クーリングオフ(書面による解除)の適用はありません。
- 投資信託のご購入にあたっては、あらかじめ最新の投資信託説明書(交付目論見書)および目論見書補完書面等を必ずお読みいただき、内容を確認・理解された上で、ご自身でご判断ください。

岡崎信用金庫　商号等／岡崎信用金庫　登録番号／登録金融機関 東海財務局長(登金)第30号　加入協会／日本証券業協会

詳しくは当金庫の窓口または 0120 0120-053-060にてお尋ねください