



支え合いが心の栄養になる

全国的に自殺者が増えています。新型コロナの影響で、暮らしや健康問題などの悪化も要因の一つといわれています。久留米市民ゲートキーパー絆の会顧問で、久留米大学学長の内村直尚さんに、自殺を防ぐ取り組みを聞きました。

孤立化が進んでいる

コロナ禍は、私たちを孤立化させています。高齢者や障害のある人などの社会的弱者は特に顕著です。社会的弱者は支援やコミュニケーションをより必要とします。しかし、地域の集まりどころか、病院やデイサービスなどの医療・介護施設にも行きにくくなっています。そうするとコミュニケーションが取れずに、一人で思いつもり、抱え込んでしまいます。

誰かに話すことは心の栄養

心に余裕がないと、イライラしやすくなり、周りの人のことを考えられなくなります。心のコントロールはとても難しく、誰かの何気ない

一声などでも不安定になります。孤立は心が不安定になる大きな要因です。人と話して、愚痴をこぼすだけでも、気は楽になります。誰かに相談することは、心の安定につながり、心の栄養にもなります。心が不安定な状態だと、誰かに話すという選択すらできないことも。抱え込む前に身近な人や行政の「こころの健康相談」、かかりつけ医を頼るなど、まずは誰かに話してほしいですね。

お互いの支え合いが住みやすいまちへ

久留米市は、大学や医師会と一体になって自殺対策をしています。地域の人を見守って命の門番となる市民の活動「ゲートキーパー」が加わることで、孤立化をより防ぐことができます。ゲートキーパーが地域の人たちの「少し元気がない」ことに気づき、声を掛ける。相談機関につないで、その後も見守る。これはまさに「共に生きる」の実践だと思えます。久留米地域はこの支え合いの活動がしっかりとできています。コロナ禍の今は、これまで培ってきた「共に生きる精神」を発揮するときです。先の見えないこの苦しい状況下で、自分のことだけを考えては生きていけません。みんなで支え合い、一人一人が相手のことを考えながら共に生きていくと、本当に住みやすいまちになっていくと思えます。

保健予防課

☎0942・30・9728、FAX 0942・30・9335



「愚痴を言える相手が曜日ごとには理想です」と話す内村学長



内村直尚さん

久留米大学の医師で、精神医学・睡眠医学を専門分野とする。睡眠研究の第一人者として活躍。令和2年から久留米大学の学長を務める。昭和31(1956)年生まれ。



犬好き・相撲好きの藩主

明善堂を開き文武を奨励

江戸幕府5代將軍・徳川綱吉が

犬公方と呼ばれていたことは有名です。実は、久留米藩8代藩主・有馬頼貴も犬好きとして知られていました。国内だけでなくオランダからも大型犬を集め、江戸への参勤交代にも連れていくほど。寛政9(1797)年、学問好きだった父の7代藩主・頼徳が開いたものの、中断した藩校を再開。明善堂(現在の明善高校)と名付けました。藩士の子を、家格や身分に関係なく受け入れて教育。水天宮の神職の子で、後に久留米藩の尊王攘夷指導者になる真木和泉守も明善堂の出身です。

心優しく穏やかな性格だった頼貴は、洪水や害虫で凶作が起ると、領民に救助米を出すこともありました。無類の相撲好きで多くの力士を召し抱える一面も。

お抱え力士が江戸で大活躍

11代藩主・頼成が召し抱えた3

代目小野川才助は、幕末から明治初期にかけて活躍した人気の力士です。山本郡高島村(現在の善導寺町木塚)の出身で、京都相撲を経て、嘉永6(1853)年に江戸相撲の土俵を踏みしました。文久元(1861)年6月には、江戸から帰郷して五穀神社で取組を披露しています。江戸での最高位は関脇ですが、京都五条家から京都相撲初の横綱免許を受け、横綱土俵入りを行っています。

当時の江戸相撲では、九州出身の力士たちが活躍。3代目小野川才助は、生涯わずか10個の黒星しかない大相撲史上最強の力士・雷電とも名勝負を繰り広げました。
①文化財保護課 ☎0942・30・9225、FAX 0942・30・9714

久留米歴代藩主

- 初代 豊氏 とようじ
 - 二代 忠頼 ただより
 - 三代 頼利 よりとし
 - 四代 頼元 よしもと
 - 五代 頼旨 よむね
 - 六代 則維 のりふさ
 - 七代 頼徳 よりゆき
 - 八代 頼貴 よしか
 - 九代 頼徳 よりのり
 - 十代 頼永 よりの
 - 十一代 頼成 よしか
- は今回のモノ語りと関わる藩主

HP ならではの秘話も連載中!



▲茶人、和算研究者、愛犬家などバラエティーに富む人材を輩出した有馬家を紹介。8月2日(月)まで開催中

関連イベント「久留米藩主有馬家歴代」展は3ページへ

▶明善堂講堂。8歳から15歳までの藩士の子が通っていました。昭和20年空襲で焼失



▶歌川国貞画「久留米小野川才助図」。19歳の頃には身長が6尺3寸(191cm)もありました

