

(1枚につき、5名様まで有効)
開館時間：午前9時30分～午後5時
休館日：毎週月曜日(祝日などの場合は翌日)

切り取ってご利用ください

〒321-1431 日光市山内 2388-3 TEL: 50-1200
ホームページ <http://www.khmoan.jp/>

展覧会のご案内

「selection 2016 小杉放菴」

美術館は、新年度のスタートを切る展覧会として、所蔵するコレクションの中から、小杉放菴の名品をご紹介します「selection 2016 小杉放菴」展を開催します。

放菴は、明治14年12月29日に日光に生まれ、昭和39年4月16日に82歳で亡くなるまで、明治・大正・昭和という3つの時代を生き、数多くの作品を残しました。その才能は、洋画から日本画、漫画や挿絵、書や文筆活動といった幅広い分野に発揮されています。

また、画家としての活躍により、旧日光市で最初の名誉市民にもなりました。そんな、知れば知るほど味わい深い放菴の世界を、この機会にぜひご堪能ください。

と き：4月9日(土)～5月22日(日)

開館時間：午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分)

休館日：毎週月曜日(祝日・振替休日のときは開館し、その翌日を休館)

入館料：一般720(300)円、大学生510(200)円、高校生以下は無料
※()内は市民割引券を利用した際の料金です。



小杉放菴「金太郎」
小杉放菴記念日光美術館所蔵



ジンジャくん

放菴さんみたいに
なれるかな

天下泰平・国土安穩・延年長寿を願う、伝統ある舞

お堂の中央には檜製の敷舞台が設けられています。舞衆は舞台上がり、「延年頌」と呼ばれる声明を唱える僧侶たち(頌衆)は舞台の後方に並びます。舞衆は緋色の直垂に白の大口袴・短刀を背につけ、白袈裟で頭をかぶと形に包んでいます。緋色とは、やや黄色みのある鮮やかな



延年頌を背に力強く舞う

赤で、平安時代から用いられた伝統色です。舞衆の赤と白が印象的で、その中で延年頌が響き渡り、歴史の重みを感じるとともに、とても厳かな雰囲気にも包まれます。舞衆は上座と下座、二人の僧がいて上座から踊ります。まず、上座が両手に刀印を結び左方向に力強く足を踏み出して踊り、三角形に踊り納めます。次に、下座も初めは両手を刀印にして同じように舞いますが、次は黒漆塗の立烏帽子を手に持って舞い、三度目は立烏帽子を頭にかぶり、ひらりと飛ぶように足音高く舞い納めます。刀印とは二本の指を刀のように出して握る印です。力強い舞の足音が、堂内に響き渡ります。

今日の日光ブランドは「日光山輪王寺延年の舞」

くわしくは
秘書広報課

シテイプロモーション推進室 ☎(21)5135

ぶらり日光ブランド探訪 vol.24



元気に！
健康！

あなたの健康寿命、延ばしましょう！

最終回

くわしくは 健康課 保健指導班 ☎(21)2756

禁煙のための効果的な解決策

5月31日は世界禁煙デーです。喫煙が身体に悪いことは皆さん既にご存じのことと思います。3月号のこのコーナーで紹介した高血圧と喫煙は、日本人が命を落とす2大原因であることが分かっています。さらに喫煙と高血圧が重なると、いずれも該当しない人に比べて、脳卒中や心臓病で命を落とす危険が約4倍に高まります。

そこで今回は、直ちに(1ヵ月以内)禁煙しようと考えている人に向けて、効果的な解決策を提案します。

禁煙は自力でも可能ですが、禁煙外来や禁煙補助剤を利用すると、ニコチン切れの症状を抑えることができます。そのため、比較的楽に、しかも自力に比べて3～4倍禁煙に成功しやすくなること分かっていきます。

健康保険の適用条件(※)を満たしている場合、1日20本のたばこ代に比べて3分の1～2分の1の

安い費用で医療機関の禁煙治療を受けることができます。

※健康保険の適用には、次の①～③の条件全てを満たす必要があります

- ①1日の喫煙本数×喫煙年数が200を超える
- ②今すぐに禁煙したいと考えており、文書で禁煙治療を受けることに同意している
- ③病院のスクリーニングテストでニコチン依存症と診断されよう

今回禁煙を考えていない方も、今後禁煙の気持ちが高まったときのために、以上のことを覚えておく役に立ちます。

また、この他、健康課では、喫煙による肺の生活習慣病(慢性閉塞性肺疾患(COPD))の危険度を知る肺年齢測定をすることもできます。お気軽にご相談ください。



進め！地域おこし協力隊



くわしくは
地域振興課

地域振興係 ☎(21)5147

皆さんこんにちは。いよいよ新年度ですね！

先月号では平成27年度で退任する足尾地域の地域おこし協力隊員を紹介しました。今月号も同じく平成27年度で退任する栗山地域の隊員、土屋小枝隊員と清水武大隊員をご紹介します。

土屋隊員は、平成23年11月から4年5ヵ月という長い期間、栗山地域のために尽力しました。休耕畑を利用し、幻とも言われる「栗山そば」を復活させるため地域の

方と市民団体を立ち上げるなど、地域と一体となって全力で走り続けてくれました。

清水隊員は、平成25年4月から3年間、高校生ボランティア事業の柱として、地域と高校生ボランティアの橋渡しや、企画、実践を行い、地域に根付く伝統芸能の維持や地域の担い手育成に尽力しました。

2人は退任後も栗山地域に残り、地域活性化のための活動を継続して行ってくれます。土屋隊員、清

水隊員、本当にこれまでありがとうございました。そしてこれからもよろしく願います！

◆土屋小枝隊員のコメント
栗山に来て早4年半。楽しくのびのびと、しかもこれほど長く活動させていただけただけなのは皆さんのおかげです。これからも栗山の住民として、地域との関わり合いを大切にしていきたいと思っております。ありがとうございます。

◆清水武大隊員のコメント
人として大きく成長できた3年間でした。地域で楽しく活動し続けられたのも、地域や職員の方々、そして仲間から支えてもらっていたおかげだと本当に感謝しています。来年度からも栗山に住みつつ別の仕事を行いながら、栗山地域に関わり続けたいと思いますので、どうかよろしくお願ひします。



栗山のために頑張ってくれた2人に感謝！