

「元気もりもり体操交流会2026」の参加者を募集

フレイルを予防して、地域の皆さんがいつまでも元気に自分らしい生活を送れるよう、元気もりもり体操をやってみませんか？

体操の更なる発展のため、「元気もりもり体操交流会2026」を開催します。いつもの体操はもちろん、今年はボールコミュニケーションを通じて、みんなで笑顔とつながりを広げましょう。今まで体操に馴染みのなかった人も経験のある人も、皆さんと一緒に楽しく体を動かしましょう。

時11月4日(水)13時～15時

所ジーベックホール

内▶ おかっちボールコミュニケーション

▶ 理学療法士による講話 ▶ 体操

▶ 普段地域の体操に参加されている90歳以上の人の表彰

対おおむね65歳以上で、医師から運動制限を受けていない全ての人
料無料

持タオル、飲み物、筆記用具

※動きやすい服装、靴でご参加ください。

申込書設置場所 リ・フレ、各公民館、ふらっと上下、上下支所

申10月28日(水)まで申込書か電話を、以下申込先へ

申問▶ 健康推進課(リ・フレ内・☎0847-47-1310)

▶ 上下支所地域共生係(☎0847-62-2231)



▲市内45カ所で行われている教室が集まるイベントです



ふちゅう

歴史散歩 Vol.185

今更だけど…【おさらいです！】

備後国府跡探索の歴史

問教育政策課(☎0847-44-9024)



初期の調査はまさに手探り。元町ツジ地区の県3次調査305T・306T(昭和59年)の様子



県3次調査
305T・306T
で出土した
平安時代の皿

10cm

今年、令和8年は備後国府跡が国の史跡に指定(平成28年10月3日指定)されて10周年の記念の年となっています。今更ですが、どうやって地下に埋もれた備後国府が府中の市街地で発見されたのか？簡単に再確認をしたいと思います。

まず、奈良時代の初め頃に各地に設置・整備された国府ですが、その所在についての記録上の手掛かりとしては、平安時代(10世紀)の書物にある“国府は蘆田郡に在り”の記述があるだけ…。

続いて、江戸時代後半の書物では、古い寺社の存在や地名、さまざまな伝承から所在地を推定していますが、歴史の中で機能しなくなった国府の所在に関する確定的な決め手は失われていました。

昭和57年、考古学的手法による発掘調査がついに開始されます。備後国府推定地である市街地のあちこちで多くの市民の理解と協力によって継続的に実施された結果、元町周辺に国府の時代の遺物や遺構が集中して出土することがようやく把握されたのです。