創立60周年　下京区体育振興会連合会　創立60周年記念式典

１９５３年（昭和28年）に産声をあげた下京区体育振興会連合会が、本年、節目の60周年を迎えました。１月26日にリーガロイヤルホテル京都で開催された記念式典には、スポーツを愛する仲間、約400名が出席されました。

記念式典は、剣舞による祝舞で幕を開け、小巻實司（こまきみつじ）会長から、「諸先輩の志を受け継ぎ、スポーツ活動を通じて、地域の健康づくり、人づくり、絆づくりに取り組み、元気な下京区にしたい。」との挨拶がありました。

また、門川大作京都市長をはじめ多くの来賓の方々からお祝いの言葉が寄せられました。会員の皆さんは、体育振興会活動を更に充実させ、多くの方々にスポーツに接していただき、明るく活気あふれるまちづくりに一層貢献したいと決意を新たにされていました。

Enjoy ダブルダッチ！　2/17㈰　下京青少年活動センター
講習会＆記録会
ギネス記録を持つ京都のチームも参加予定

梅小路公園で若者が練習する姿やCMなどでも目にする機会の増えているダブルダッチとは、２本のロープを使って跳ぶなわとびです。３人以上で行いますが、向かい合った２人の回し手が、右手のロープと左手のロープを半周ずらして回す中を、跳び手が色々な技を交えて跳ぶというものです。

京都にはダブルダッチでギネス記録を持っているalttype（オルトタイプ）というチームがあります。オルトタイプは昨年２月に１分間に221回飛ぶというギネス記録を樹立。その後、３人で縄にかかるまで飛び続ける記録でも1,401回という世界記録を樹立し、２つのギネス記録を持つチームとして大変有名です。

そのオルトタイプの一員で、京都府ダブルダッチ協会の理事長を務める佐藤福大郎さんはダブルダッチという新しいスポーツを通じて子どもたちに、集中力、持久力、リズム感、創造力、バランス、そしてチームワークを身につけてほしいと七条小学校を始め、市内の各小学校での講習会を昨年から開いています。

佐藤さんたちの目標は、シルク・ドゥ・ソレイユ（カナダのケベック州を拠点に活動する世界的に名高いエンターテイメント集団）へギネス記録保持者としての実績を持って出演できるようオーディションに挑戦することです。

下京青少年活動センターでは、青少年の活動と夢を応援しており、様々なグループがセンターを利用しています。各大学のダブルダッチチームも利用しており、その中からオルトタイプのように世界に飛び立つチームが出ることはとても嬉しく、活動をこれからも応援していきます。皆様も下記の講習会に参加し、ダブルダッチに挑戦してみませんか？

２つ目のギネス記録認定をもらったオルトタイプの皆様（佐藤さんは右端）

日時　２月17日（日）
午前10時～午後３時
場所　下京青少年活動センター
対象　小学生以上
持ち物　体育館用シューズ、飲物、動きやすい格好
参加費
・1,000円（講習会または記録会のどちらかのみ参加の方）
・1,500円（両方参加の方）
※参加費は当日受付にてお支払いください。観覧は無料。
申込み　講習会及び記録会の両方またはいずれかの参加、お名前、住所、連絡先、ダブルダッチの経験の有無、参加人数を明記し、FAX（682-0566）または京都府ダブルダッチ協会のHP（http://kdda.jp/）からお申込みください。
※参加料にはスポーツ障害保険加入料が含まれます。
※けがのないよう十分にご注意いただき、荷物の管理は各自でお願いいたします。
㊐　京都府ダブルダッチ協会（☎691-5666）

謎とき！下京

12月15日号の解答

快慶の作った仏像は③**負別山（ふべつさん）、おいわけさん）蓮光寺**に祀られています。

すこやかライフ
「せきが止まらない」方へ

「せきが止まらない」は、呼吸器内科を受診される方の中で、最も多い症状の一つです。

その中でも、「かぜが長引きます（繰り返しています）」という方が多いのですが、「長引く」時点で、かぜではない疾患の可能性が高くなります。

長引くせきの原因で最も多いのは、喘息や咳（せき）喘息ですが、かぜの後だけでなく、季節の変わり目（気温の下がる時期、春・秋など）に多い、繰り返す、などの特徴があります。さらに、ほこりや花粉、天気（雨や台風）、疲労、ストレス、たばこ、運動、会話、睡眠不足や喫煙、飲酒、室内での哺乳類の飼育、解熱鎮痛薬（かぜ薬）なども症状を悪化させるリスクになります。

また、せきが長引く病気には、喘息や咳（せき）喘息に限らず、感染症（肺炎球菌、マイコプラズマなどの肺炎、百日咳、その他）や腫瘍（肺がんなど）、ＣＯＰＤ（慢性閉塞性肺疾患（肺気腫、慢性気管支炎）、たばこ病）、その他の肺疾患、胃食道逆流症（ＧＥＲＤ）、など様々なものがあります。

「せきが止まらない」方には、何かせきの原因となる慢性の病気があるかもしれません。

ひとりで我慢せずに積極的に原因を調べ、せきのない快適な生活を目指してはいかがでしょうか？

下京西部医師会
横村医院　横村一郎

けすぞう君から防火のお知らせ

平成24年京都市内火災発生件数

火災原因	件数	増減
放火（疑い含む）	57	＋16
たばこ	30	－4
天ぷらなべ	23	＋13
こんろ	20	＋4
暖房器具	17	＋3
コード	14	－5
その他	109	＋28

春の火災予防運動を実施

春季は空気が大変乾燥し、火災が発生しやすい時季です。そこで、３月１日（金）から７日（木）までの一週間、全国一斉に春の火災予防運動が実施されます。

下京消防署と下京消防団も、火災の発生と被害を防ぐため消防訓練や防火の呼び掛けを実施します。

平成24年中の火災件数

昨年１年間に発生した市内の火災は、270件で55件の増加でした。

区内では11件の発生で５件の減少でした。

市内は大幅な増加となりましたが、区内は減少しました。

ここで火災のクイズです！

Q1　表からわかるように放火（疑い含む）が多いのですが、放火火災が発生したとき時間帯別で昼間（６時～18時）と夜間（18時～翌６時）ではどちらが多く発生したと思いますか？

A1　夜間です。「なんだ。当たり前じゃないか。」と思った方も多いと思いますが、その差は歴然です。過去10年間の件数を見ても夜間が約２倍と多いのです。夜間は照明をつけて明るくするとともに、家の周りに燃えやすい物を置かないようにしましょう。

Q2　たばこ火災の詳細な原因は、火源落下と不適切な捨て方の、どちらが多く発生しているでしょう？

A2　火源落下です。歩きたばこや寝たばこで火源が落下して火災が発生しています。喫煙場所を決めるとともに寝たばこは絶対にしないでください。

Q3　天ぷらをしていて鍋の中の油が燃え出したとき、水を掛けるとどうなるでしょう？

A3　天ぷら鍋の直径の５倍くらいまで炎が上がります。油が燃え出したときは、あわてないで鍋の大きさにあった蓋をするか、消火器で消火しましょう。

火災は大切な命や財産を奪います。今一度、家族で防火の話合いをして、火災を出さないよう心掛けましょう。

㊐　下京消防署（☎361・4411）

下京区民ごみ減量エコバスツアーの参加者を募集
～エコクッキングで楽しく学ぼう！～

「ごみ問題」、「地球温暖化」などについて、どんな問題が起こっているのか、どのように暮らしていけばよいのか、エコライフを取り組むきっかけとして京（みやこ）エコロジーセンター（伏見区）の見学とエコクッキングを実施します。

京（みやこ）エコロジーセンターでは、館内を環境ボランティア（エコメイト）が分かりやすく案内する他、見て、触れて、感じる体験型展示もあります。

また、エコクッキングでは美味しい料理を作りながら、ごみを減らせることを学べます。

ぜひ、この機会にご参加ください。

日時　３月20日（水・祝）午前９時～午後２時（集合午前８時50分）
集合場所　下京区役所前　　**見学先**　京（みやこ）エコロジーセンター
内容　館内見学、エコクッキング　　**参加費**　800円（材料費）（当日に徴収）
持ち物　エプロン、手拭き、三角巾
対象　下京区内在住または通勤・通学されている小学生以上の方（小学生は保護者同伴。同伴者も参加費が必要です。）
定員　20名（先着順）
申込方法　２月15日（金）から京都いつでもコール（☎661-3755）で受付。
（※必ず「下京区エコバスツアー」の申込みとお伝えください。）
㊐　下京エコまちステーション（☎366-0186）