

450年以上にもおよぶ、日本におけるキリスト教の歴史を物語る遺産である『長崎の教会群とキリスト教関連遺産』。今回は「伝来・繁栄」「弾圧」をテーマにして、これらを物語る構成資産を紹介します。

「伝来・繁栄」を物語る

「日野江城跡」

キリスト教が初めて日本に伝来したのは1549年、ザビエルが鹿児島に上陸したことでもたらされた。その翌年、ザビエルは長崎県の平戸で布教を開始。九州各地の大名たちは、南蛮貿易による利益獲得の期待もあり、キリスト教を熱心に信仰しました。

シリーズ
「長崎の教会群と
キリスト教関連遺産」をひもとく



▲日野江城跡

中国の陶磁器▶



中でも、島原半島を治めていた有馬晴信は、居城である「日野江城」（長崎県南島原市）の城下に教会や教育機関であるセミナリヨなど宣教拠点を設置。長崎の教会群の構成資産となっ

「弾圧」を今に伝える

「原城跡」

しかし、キリスト教の繁栄は長くは続かず、1587年の豊臣秀吉による伴天連追放令により、徐々に禁教政策がとられるようになっていった。1614年には徳川幕府が禁教令を発令。外国人宣教師は国外追放になり、各地に建てられた教会は破壊されるなど厳しい弾圧が始まりました。1637年には、弾圧や厳しい政治、そして飢饉を



▲原城跡

(写真提供＝長崎県)

十字架▶



契機に「島原・天草一揆」が勃発。一揆勢は「原城」（長崎県南島原市）に立てこもり、4カ月にもおよぶ攻防の末にほぼ全滅。その後、原城は破壊されました。構成資産の「原城跡」からは無数の人骨や十字架などが出土しており、弾圧の痕跡を今に伝えています。

【問い合わせ先】 本庁・世界遺産推進室（河浦支所内）☎761116

健康・医療のはなし

糖尿病と「は」の関係

糖尿病はあまり自覚症状がないため、糖尿病と知っていないながら治療を受けていない人が多数おられます。しかし、糖尿病は万病のもと。さまざまな不具合を引き起こしかねません。たとえば、慢性腎不全で透析治療が必要になる第一の原因は糖尿病ですし、不幸にも失明してしまう人の約2割は糖尿病が原因です。また、血糖値が高い状態では細菌など外敵に対する防御力（免疫力）が弱くなるため、肺炎などの感染症を引き起こしやすく、重症化しやすいことにも注意が必要です。

さて、歯周病は歯ぐきや歯を支えている骨などの組織に炎症が起こる病気です。歯垢（プラーク）の中の細菌により歯周組織が徐々に破壊され、最後には歯が抜け落ちます。中高年の約

8割がかかるともいわれ、実は日本でもっとも罹患者の多い感染症だと考えられます。糖尿病の人は、唾液が減少したり唾液の中の糖の濃度が高くなったりするなどのため歯垢が作られやすく、さらに免疫力の低下や組織の血行障害のため歯周病が特に悪化しやすい状態にあります。

一方、「糖尿病は万病のもと」であるのと同じく、歯周病も全身に悪影響をおよぼします。たとえば食事がうまく飲み込めず誤って気管に入った場合、口の中の細菌を原因とした肺炎を引き起こしかねません。また、歯周病菌が血液の中に侵入すると、血流を通じて感染性心内膜炎などほかの臓器の感染症を引き起こす場合もあるようです。歯周病は糖尿病を悪化させる原因にもなります。歯周病などの



栖本病院院長
水流添 覚 医師

炎症があると血糖値を調節するホルモンであるインスリンの働きが悪くなり、糖尿病は悪化します。また、歯の障害のためよく噛まずに飲み込むことも肥満や高血糖の原因になります。逆に考えると、歯周病を治療することは、糖尿病の予防や血糖値の改善にもつながるということです。

糖尿病と歯周病は切っても切れない間からですが、両者を正しく治療することで「いい関係」を保てると思います。医師と歯科医師がお互いに連携して治療を行う体制も整備されてきました。糖尿病の治療中の人、歯周病に不安がある人は、ぜひかかりつけの医師、歯科医師へご相談ください。※本稿は松本歯科医院（栖本町）松本信久先生に監修いただきました。

めざせ！健康ボディ

スクワットで下半身を鍛える

- ①足を腰の幅に広げて、背筋を伸ばして立つ。
 - ②おしりを後ろに引きながら両うでを前に出してバランスをとり、ひざを曲げる。この動作を3秒かけて行う。
 - ③3秒かけて①の姿勢に戻す。
- ※1日に連続で10回行いましょう。

【問い合わせ先】
天草中央保健福祉センター ☎243737



ひざがつま先より前に出ないように



渡邊節子さん

渡邊さんから
ひとこと
足がスムーズに上がるようになりました。ぜひ、取り組んでみませんか。

市主催の健康運動教室に参加している渡邊節子さん（久玉町・66歳）に、取り組んでいただきました。