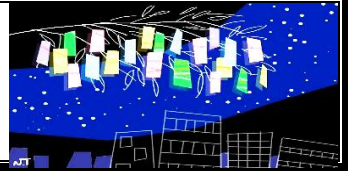


のこのこたより

令和7年7月 第123号



社会福祉法人晃宝会

特別養護老人ホームあじさい園 宝

住所：奈良市南肘塚町99番1

電話：0742-24-0878

fax：0742-23-0373

現在のJR西日本関西本線の前身である私鉄関西（かんせい）鉄道株式会社が名古屋方面から大阪方面への進出をめざし、路線を延長し、加茂駅から8・8kmの大仏駅、翌年開通した奈良駅までの9・9kmの路線を大仏鉄道といっています。東大寺大仏殿最寄りの大仏駅（奈良市法蓮町）の開業は明治31年4月、赤い英国製の蒸気機関車が伊勢や名古屋方面から大仏参拝客を大勢乗せてにぎわったそうです。明治32年5月奈良駅まで延長、乗り入れにも成功し、大阪鉄道に乗り継いで大阪方面への交通の便も大幅に改善されました。

明治40年8月加茂駅から木津駅を経て奈良駅へと至る平坦なルートがあらたに開通、黒髪山トンネル付近の急勾配や起伏の多い大仏鉄道はわずか9年で残念ながら休止となりました。大仏線の跡地には100年以上前の築堤や隧道、橋台が10ヶ所以上当時のままの姿が残っています。

さて、関西鉄道の軌間は1067mmですが、大仏鉄道建設当初の白石社長は広軌化論で、黒髪山トンネルは現在の新幹線と同じ広軌1435mmに対応して作られています。

白石社長の部下の島氏は広軌による東京下関間弾丸列車構想をまとめ、その意志を継いだ島氏の子孫は東海道新幹線の生みの親となりました。鉄道の歴史において大仏鉄道は確かに存在し、未来に貢献しました。

大仏鉄道記念公園、黒髪山トンネル跡、赤橋、梶ヶ谷隧道、梅見台公園、城山台公園、観音寺付近里山、石部川付近田園風景、加茂ランプ小屋。

明治維新から30年、全国的に鉄道ブームが起ころ中、熱い思いで鉄道建設を進めた先人へ思いを寄せると胸が熱くなります。

極楽坊あすかこども園の園児さん達との交流会を開催させていただきました。ご利用者は、園児さんたちの元気な歌声や、じゃんけん遊びを楽しみました。ふれあいでは「かみさきマッサージ」をしてもらいました。「マッサージ気持ちよかったわ」「ありがとうね」園児さんとの会話も楽しまれ、和やかな交流会となりました。園児さん、先生方楽しい時間をありがとうございました。

本末先生の（けんどう倶楽部）健康体操開催！この日もたくさんのご利用者様が参加され、手足や首の運動をされました。「楽しかったわ」という声があちらこちらから聞こえて和やかな体操教室となりました。先生、次回も楽しみにしております。



あじさいサロンに参加され、地域の皆様と手話やリズム体操、太鼓や三味線の音色にあわせて初夏の歌を楽しみました。

7月の行事予定

7日：七夕特別メニュー
14日：あじさいサロン
18日：お誕生日会

今年も宝の庭のあじさいがきれいに咲きました



5月のお誕生日は、毎回人気の手作り助六とすいもんカフェの手作りケーキでお祝いさせていただきました。「とても美味しかったわ！」皆様にお喜びいただきました。



いつもご協力、ご支援ありがとうございます。事前予約での面会を行っています。お忙しい中面会にお越しいただきありがとうございます。

第99回 歯磨きの歴史⑤

弟子の口臭にたじろいた釈迦の「歯木のすすめ」

歯の清潔は健康の元

古代インドで使われていたサンスクリット語(梵語)に「ダンタカーシュタ」という単語があります。「ダンタ」は歯、「カーシュタ」は木を意味するので、直訳すると「歯木(しばく)」となります。

これは、細い棒の先端をかんで繊維を屑状して、歯と舌を掃除する、歯ブラシの原形のような道具です。

歯木は仏教と深い関わりがありました。

紀元前 5 世紀、仏教の開祖となった釈迦(ブッダ)のまわりには多くの僧が集まり、教団が生まれました。釈迦自身が弟子たちに説いた言葉をまとめた仏典を「律蔵」といいますが、そこには、歯木についての教えがいくつもあるのです。最初はこんな記述。

「その時、僧たちは歯木をかまず、口が臭かったので、世尊(釈迦)は、歯木をかむことの 5 つの利益を説いた」

もし、何日も手入れをしなかったら、口の臭いはどうなることか？ 想像するとおそろしいですね。そんな弟子が多くて、その口臭に釈迦もたじろいだのかもしれませんが、そこで、歯木を使えば、

- ① 口臭がなくなる
- ② 食べ物の味がよくなる
- ③ 口の中の熱をとる
- ④ 痰をとる
- ⑤ 眼がよくなる、と良い点をあげ、歯の手入れをすすめたのでした。

長くても短くてもいけない理由

歯木は、長くても短くてもいけません。ある僧が、長い歯木で少年僧を打っているのを見た釈迦は、歯木の長さは指八本分までと決めました。また、ある僧が短い歯木を誤って飲み込んで喉を突いたことから、短くても指四本分以上の長さにするようにと指示したのです。歯木をかむのは早朝。歯木を使う前には、手をきれいに洗うことや、使い終わった歯木は洗ってから捨てることも大切でした。

ところで、古代インドの伝統医学「アーユルベータ」では、歯と舌の汚れを取り除き、口の中を清潔にすることは健康維持のひとつの方法だと考えられていました。そして、ニームという常緑樹を歯木に使っていたようです。ニームの苦い樹液には殺菌作用や消炎作用があり、今でも歯木の素材として使われています。釈迦もニームの歯木を用いていたかもしれません。



インドで使用されている歯木



悟りをひらいた釈迦がはじめて説法を行ったといわれるサルナート(鹿野苑)。現在は遺跡公園になっている。