

## プレコンセプションケアを知っていますか？

皆さんはプレコンセプションケアという言葉を知っていますか？日本ではまだまだ馴染みのない言葉ですので、知らない方も多いかと思いますが。コンセプションは（赤ちゃんを）授かるという意味であり、プレコンセプションケアということは赤ちゃんを授かる前から健康ケアを行うという意味になります。女性とパートナーが将来の妊娠を考えながら、からだの調子を整え、準備することです。

具体的には、妊娠前（妊娠後では遅いので、前かが大事！）から十分量の葉酸サプリメントを摂取したり、麻疹や風疹などのワクチンの中で必要なものを正しく選んで接種したり、禁煙をしたり…とたくさんの方が含まれます。これらのケアを行うことにより、母体の健康が守られるだけでなく、流産や早産、奇形や障害の発生・低出生体重児などのリスクを下げることでできます。このプレコンセプションケアは妊娠可能な全ての女性に行われることが理想ですが、

日本ではまだまだ不十分であるのが現実です。

市立病院の医師がなぜプレコンセプションケアについて広報かさまで取り上げるのかと疑問に思う方もいるのではないのでしょうか。市立病院が行っている「総合診療」は、ただ病気を治すだけではありません。年齢性別を問わず、地域で暮らす人々の予防や福祉も含めた全ての健康問題に対して取り組む姿勢で診療を行っています。市立病院には風邪や頭痛などで多くの女性が受診されますが、妊娠を望む方にはプレコンセプションケアの必要性をお話しし、ワクチン接種などを推奨するように心掛けて診療を行っています。現在はインターネット等にもプレコンセプションケアの情報がたくさんありますのでご自身でプレコンセプションケアに取り組んで頂くと大変良いと思います。が、難しいと感じる方や医師と相談しながら進めたい方はぜひ、市立病院でお気軽にご相談ください。

【問い合わせ】市立病院 TEL 0296-77-0034

## 笠間の歴史探訪 43

### 宍戸朝重供養碑

笠間市住吉の教住寺脇の共同墓地に宍戸朝重供養碑があります。宍戸氏、上野氏の子孫が建立したもので、傍らに三基の五輪石塔が並んでいます。

宍戸朝重は、知時の嫡男として鎌倉時代末期の徳治元年（二三〇六）に生れ、貞治二年（一三六三）に五七歳で波瀾の生涯を閉じました。鎌倉幕府の滅亡、建武の新政、南北朝争乱と激動の時代でした。この混乱期に宍戸氏は、小鶴荘の西半分（旧友部・岩間町域）を領有し、莊名も宍戸荘に変えてしまいました。

朝重は、史料や宍戸氏系図には、朝里・朝家とも記載されています。元弘三年（一二三三）五月、足利尊氏に従い、京都の六波羅探題攻めに加わり、鎌倉幕府滅亡に功をあげました。後醍醐天皇の新政は、公武二元的な機構で、公家を優遇したため、武家の反発が強くなっていました。

建武二年（一二三三）七月、旧鎌倉幕府執権北条高時の遺児時行が、新政に叛旗をひるがえし鎌倉を占拠しました（中先代の乱）。京都にいた尊氏は、後醍醐天皇の許しを得ないで鎌倉に向い、北条時行を破り鎌倉に居座りました。後醍醐天皇は、尊氏を謀叛の疑いありとして、新田



住吉共同墓地の宍戸朝重供養碑

義貞を将とする追討軍を派遣しました。尊氏は新政に不満を抱く関東武士を糾合して、箱根竹の下で新田軍を破り、敗走する義貞を追って入京しました。しかし、新田軍・北畠顕家軍と京都市中で戦い敗北して九州まで逃れました。九州で勢力を挽回した尊氏は、再び京都を目指し、兵庫湊川で楠木正成を敗死させ、持明院統の光厳上皇を擁立して（北朝）政権を握り、建武式目を制定、室町幕府を開きました。

宍戸朝重は、佐竹義貞らと尊氏の元に馳せ参じ、箱根・京都・九州・湊川と転戦し、かずかずの軍功を挙げ、恩賞として、従五位上・安芸守に叙任され、安芸国甲立荘（広島県高田郡）を賜りました。朝重はここに五龍城を築き、安芸宍戸氏の祖となりました。五龍城の西には毛利氏の郡山城がありました。

足利尊氏の与力として活躍した宍戸氏は、宍戸荘を支配し、貞和二年（正平元、一三四六）、安侯郷内の住吉に教住寺（時宗）を建立し、また、湯崎城を築きました。

朝重の四人の子供は、鎌倉府の奉公衆・御所奉行として鎌倉公方の信任厚く、宍戸の名を関東に轟かせました。

（市史研究員 南秀利）