

謹賀新年



H30.1.11 撮影 沢谷交流センターグラウンド

＝福間会長の新年のご挨拶＝

明けましておめでとうございます。皆様にはお元気で新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。今年の正月は、時々晴れ間がのぞく穏やかな天気となりました。



昨年一年間、連合自治会の活動に参画いただきました多くの皆様に深く感謝申し上げます。

一年間を振り返りますと、春には「桜街道ライトアップ」「しゃくなげ祭り」、秋には「沢谷元気まつり」など恒例となったイベントに町内外から沢山の方々においでいただきました。また、もみじ祭り、縁側サロン、手芸展、みちくさ日和の開催など、個人や団体の皆様が創意工夫された活動も実施され、多くの来訪者で賑わいました。

沢谷駅周辺では、それぞれの時期に咲き揃った「菜の花」や「ひまわり」が見事な景観を織りなし、今年3月で役目を終える三江線の乗客を楽しませました。11月には、国の文化審議会から石見銀山街道を国史跡として指定するよう答申が出され、指定に向けて努力して来られた皆様に敬意を表すとともに、改めて街道の価値を再認識し次世代に継承していくことの重要性を感じます。

多くの皆様の努力により、沢谷の交流人口は拡大している一方、昨年行なわれた空き家調査では、沢谷には99戸の空き家があることが判明。その多さに驚く反面、今後こうした空き家を活用し、定住対策に結びつけていく方策の検討も必要と感じています。そして、要望していた九日市(西の原)に5戸の若者定住住宅の建設が決定し、昨年末から敷地造成工事が始まっているところです。現在、入居者を公募しており、来年度から住宅の建設が始まります。これらが人口減少対策の起爆剤になることを願っています。

また、永年地域にご尽力いただいた皆様を対象に「お元気サロン」の実施や、地区社協主催の「ふれあい学級」への協力などにより、年齢を重ねても元気を持続する地域づくりを考えております。3月に廃止となる三江線の代替交通と公共交通体系の見直しの中、石見交通バスのダイヤ充実が検討されていますが、より便利になるよう希望するものです。

新しい年は、役員一同、心新たに各種活動に取り組んでまいりたいと考えておりますので引き続きご支援ご協力をお願いいたします。

最後になりましたが、皆様にとりましてよい一年となりますようお祈りし、新年のご挨拶とします。

手話でコミュニケーション

12月20日(水)午前10時より、第8回チャレンジ教室を開催しました。今回は、鳥根県聴覚障害者情報センターへ手話通訳者講師派遣をお願いし、稲田美砂子さん(健聴講師)を迎え、手話について学びました。

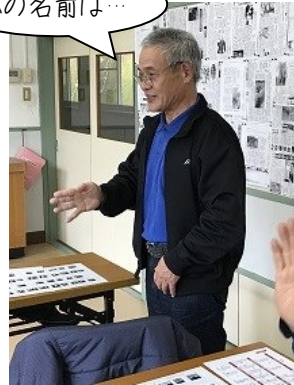


稲田 美砂子さん

まず最初に、聴覚障がいと、聴覚障がい者の暮らしについてお話していただきました。

話の後は、聴覚障がい者の方とのコミュニケーションの取り方の一つである簡単な手話を学び、実践してみることになりました。

まずは、あいさつを手話で表現。次に個々の名前を手話で表現することを学び、1人ずつ手話を使って自己紹介を行いました。



私の名前は...

休憩を挟んで、聴覚障がい者の方が暮らしの中で困っていること、理解が支援の第一歩になる話をいただき、より手話の必要性を学びました。

あとは、緊急時で役に立つ手話、簡単な会話ができる程度の手話を学び、約2時間の手話教室は終了しました。



「手作りパン de カフェ」開催

- ・日時：2月25日(日)午前9:00～(約3時間)
- ・場所：沢谷交流センター 調理室・和室
- ・講師：月森 初美さん(大田市)
- ・参加費：300円(材料代)
- ・募集人数：20名(先着順) × 切2月19日(月)
- ・申込先：沢谷交流センター TEL75-1920
- ・主催：沢谷地域連合自治会 (文化体育部)
- ・共催：沢谷公民館



自分で作ったパンを食べながら、一緒にティータイムを楽しみませんか!!
多くの方の参加をお待ちしております。

- ☆謹賀新年 福間会長の新年のご挨拶(1面)
- ☆手話でコミュニケーション(2面)
- ☆『手作りパン de カフェ』開催(2面)
- ☆年末に防火・防犯を呼び掛け(3面)
- ☆ストレッチで腰痛解消(3面)

今月のトピックス

- ☆沢谷交流センター所長あいさつ(1面)
- ☆今月の地域おこし協力隊(4面)
- ☆みどりの風(4面)
- ☆行事予定(4面)



年末に防火・防犯を呼び掛け



29年もいよいよ押し詰まった12月26、27日の2日間、青色防犯パトロール隊による歳末パトロールが実施されました。

今年は珍しく雪のない年末となり、夕方6時に交流センターに集合したあと、4コースに分かれて沢谷地域内をパトロールしました。今年は隊員の参加も多く、2日間で延べ42名、36台が参加しました。また沢谷駐在所のパトカーも両日とも参加。各車両は青色回転灯をつけ、先頭車両の車載スピーカーで年末年始の交通安全と防犯を呼びかけました。また同じく年末の28、29日には美郷町消防団沢谷分団による歳末警戒も行われました。消防倉庫や交流センター、千原コミセンを本部にして、延べ24名の団員が消防車に乗って地域内を巡回し、火災予防を呼びかけました。

こうした活動は地域の安心安全につながっており、とりわけ高齢者世帯、独居世帯などから感謝の声が上がっています。これから消防団、青パト隊の皆さんの活動に地域住民から大きな期待が寄せられることでしょう。

ストレッチで腰痛解消

突然の大雪で交流センター駐車場でも30センチを記録。除雪車が朝から出勤した1月11

日。中止かなと思われた1月のウォーキング教室でしたが、除雪をしていただいたおかげで何とか開催できました。

この日は、寒さですっかり固まってしまった体をほぐそうと、ゴールドenyートピアの前田美佳先生の指導で「ほぐし体操」を行いました。

9時から開会でしたが、悪路の中10名の受講生が遅れずに参加。先生の指導で青竹踏みやテニスボール、タオルを使い体をほぐしました。

最初はみんなで掛け声に合わせて青竹を踏みました。足の裏が意外に柔らかくなっていて、青竹にある突起が足裏を刺激。「イタタタ！」と思わず声を上げて最後まで足踏みが出来ずにリタイアする人がちらほら。

次に仰向けになってテニスボールを尻の下や背中の下に入れます。体を上下にゆすったりするとこれが微妙にツボを刺激してコリがほぐれます。ちょうど

ツボに当たると気持ちがよくなって「こりやあいいわ！」と声が上がっていました。

首や背中、腰、太もも、ふくらはぎなど大きな筋肉をほぐすことで、最初は硬くて前屈もできなかったところが、何と

か出来るようになって、ほぐし体操の効果を実感しました。

寒い時期で運動不足になりがちなのこの時期、体も心も温かくなった教室でした。

沢谷交流センター所長あいさつ

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

昨年、沢谷公民館や沢谷連合自治会事業に多大なご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

多くの皆様に交流センターをご利用いただいております。誠にありがとうございます。

また、地域づくりの活動拠点として、連合自治会の役員の皆様と一緒に様々な活動を企画させていただいております。これらの地域づくり事業についても、引き続き積極的にご参画いただきたいと思います。

交流センターは、皆様の施設です。どうぞ、お気軽にお立ち寄りいただき、交流とふれあいを深めていただくことを職員一同心からお願い申し上げます。

今年一年がよい年でありますことを願い、年頭のご挨拶いたします。

今月の地域おこし協力隊

明けましておめでとうございます。去年は大変お世話になりました。今年もよろしくお願ひします。

今回は、今までやってきたことを振り返りながら記事を書いていこうと思います。

春には、沢谷三里桜街道ライトアップで沢谷の夜を賑やかに盛り上げてくれました。また、菜の花も見事に咲きほこり、4月末には「しゃくなげまつり」に多くの方が訪れ賑わいました。

夏になると、ひまわりを播種して、8月には綺麗なひまわりの絨毯を見せてくれました。

今年から、ひまわりの品種を「ハイブリットサンフラワー」から「春りん蔵」へ変更しました。変えた理由として、搾油率が上がり土壌にも余り影響されにくいためと思われる。

秋になると、「沢谷元気まつり」や広島市西区の己斐地区で行われている「己斐公民館祭り」等沢山のイベントがやってきます。

冬になると、「沢谷発 味の玉手箱 田舎づくしセット」の発送が行われ、前回より多く、目標の80セットに達しました。

今年には任期最後の年になります。「地あぶらプロジェクト」「桜のライトアップ」「田舎づくしセット」等を一つ一つ事業を終え、悔いが無いようにしたいと思います。特に、「地あぶらプロジェクト」は協力隊の仕事の中でも力を入れているため、思い入れも強く、去年には油を製品化にはしましたが、今年には去年より改善し、よりよい物を作って行きますのでよろしくお願ひします。(協力隊/山本)

みどりの風

あなたのことも

奈良少年刑務所の更正教育から生まれた作品を編集した詩集の中からいくつかの詩を紹介します。閉ざされた心の扉を少しだけ開いて書かれた言葉、心の声に耳を傾けてみてください。

あかごの頃から風邪(かせ)が友だちだったぼく

ないてないで謝りなさいと怒られたぼく

たいいくがあるとお腹が痛くなったぼく

のろまで運動会が嫌いだっただぼく

こえが小さくて恥ずかしがり屋だったぼく

どうしても口応え(くちこた)してしまっただぼく

もうおおかあさんと会えなくなっただぼく

あなたのこともで よかった

「空が青いから白をえらんだのです」

奈良少年刑務所詩集 寮美千子 編
長崎出版(株)より

〇行事予定 (1/21~2/20)

行事	日時	場所
第7回とんど焼き	1/21(日) 9:30~	交流センター ラウド
第3回室内雪合戦大会	1/21(日) 11:00~15:30	体育館
チャレンジ教室	1/24(水) 10:00~(約2時間半)	調理室・和室
よくばりフィットネス	1/24(水) 2/14(水) 20:00~	多目的室 or 和室
マットサイエンス	1/25(木) 19:30~	和室
ココロ健康教室(介護予防教室)	1/26(金) 2/9(金) 14:00~15:30	多目的室 or 和室
青パト隊一斉パトロール	2/1(木) 18:00~	交流センター-広場集合
四季を楽しむウォーキング	2/14(水) 9:00~	現地集合
健康道場	2/15(木) 19:30~21:00	和室
申告相談	2/16(金) 2/19(月) 9:00~16:00	多目的室・和室
そばの花	2/20(火) 19:00~	調理室

〒699-4712 美郷町九日市 118 番地 沢谷公民館発行 TEL: 75-1920 FAX: 76-0022