



居組 I G U M I

No . 3 8 0
R 元. 7. 25
居組地区公民館

大暑

毎日蒸し暑い日が続きます

いよいよ本格的な夏を迎えました。子どもたちは長い夏休みに入り、暑い夏を乗りきるため、海に行ったり山に行ったり涼しさを求めて、多くの家族で移動する時季であります。生活リズムが乱れないようそれぞれ注意しましょう。また、夏バテをするときでもあります。



夏バテには特定の症状があるわけではないようです。一般的に、体調が悪い、疲れがとれない、やる気がでない、食欲がない、眠れない、イライラ、立ちくらみ、めまい、下痢、便秘などの症状を夏バテとよんでいます。

原因は、冷房の普及により、屋外と屋内の温度差が大きく、自律神経の働きが狂います。人は5度以上

の温度差でショックを受けます。冷房の効いた室内と室外を出入りすることにより、体温調節ができず体調不調をおこします。もう一つ、上がりすぎた体温を下げるための汗をかかないことです。汗をかかないと体温が上がり続けます。



対策ですが、冷房は外気温と室温差を5度以内にしましょう。水分もきちんととり、またバランスの良い食事、睡眠をしっかりとるように気をつけましょう。

もうすぐ、月遅れの七夕です。古くは、「七夕」を「棚機(たなばた)」「棚幡」と表記しました。そもそも七夕はお盆の行事の一環でもあり、精霊棚とその幡を安置するのが7日の夕方であることから7日の夕で「七夕」と書いて「たなばた」と発音するようになったという説があります。七夕祭りは新暦7月7日や月遅れの8月7日前後の時期に行われています。



これからも、暑い夏が続きます。体調・健康に注意し、夏を乗りきりましょう。

ふるさとふれあい夏祭り

今年もふるさとふれあい夏祭りを8月13日(火)午後6時に実施予定をしています。ビンゴゲーム、夜店、カラオケ等多数用意し、帰省された家族と一緒にご来場されることをお待ちしております。ぜひ、誘い合ってお越しください。



ごみ置き場の外壁塗装実施

区協議会では、7月10日(水)に各町ごみ置き場の外壁塗装を協議員で実施しました。

現在のごみ置き場は、約20年前に建築されたもので、その間外壁は手付かずでしたが、長年の風雨により塗装がはげてきて、老朽化が目立つようになってきました。そこで、役員で塗装をすることとなり実施したものであります。この度は、今



までの塗料をはがし、防腐剤塗料を塗り、少しでも長く維持できるようにしました。

これから先も長く使うこととなりますので、みんなできれいに保っていきましょう。

居組海水浴場海開き実施

これから暑い夏を迎えます。今年も居組海水浴場を開設するにあたり、無事故等の安全祈願、また多くの観光客が訪れるよう居組区では「海開き」を実施しました。

協議員をはじめ、居組駐在所、子ども会など各団体代表者が参加し、立橋神主のもと祈禱行事が行われました。今年も無事故で多くの方が来られることを願っています。なお、今年も浜辺希夫さんが管理をいたします。



美方郡体育大会結果

7月7日(日)に香美町小代区で開催された美方郡体育大会のグラウンドゴルフの部に、浜坂地域代表で「居組一本松」(西本興慶、岡島康治、酒井潔、入江重勝、諸道由記夫、小林昭人)が出場しました。郡内から20チームが参加し、健闘しましたが初めての会場に四苦八苦し、残念ながら13位の成績に終わりました。

ふれあいグランドゴルフ大会参加者募集

例年開催している「ふれあいグラウンドゴルフ大会」を7月29日(月)午後6時から居組グランドで開催します。小学生から参加できますので、多数のご参加をお待ちしています。

※雨天順延です。



浜坂道路Ⅱ期事業居組 IC 説明会

7月10日(木)に、区民を対象に浜坂道路Ⅱ期事業の前回からの変更点について説明がありました。39名の出席がありました。

説明会での変更点については、地質調査を実施した結果、岩盤が早く出てきたため、土砂の量を減らし道路法面を急傾斜にすること、乗り降りに大きく回るループ部の周りに管理用道路を設置すること、本線の下に横断ボックス2か所を設置することの説明がありました。

また、今後の日程について、用地測量や物件調査を進めるとともに、夏から秋にかけて用地交渉も進めていくとのことでした。用地買収できたところから工事に着手し、年内には着工したいとのことでした。変更があった時等、随時説明会があるようです。早期の完成を願うところであります。



縁起でもない話をしよう

5月28日(火)にシェアハウスで縁会があり、浜坂病院の石川先生による「縁起でもない話をしよう」と題し、お話がありました。

『縁起でもない話』とはどんなことか、不安の中で話が始まりました。皆いつかは人生の最終段階が訪れ、最後を迎えます。思わぬ事故、病気、認知症の進行によって、自分の思いや考えを伝えられなくなることがあります。それがいつ訪れるかを予測できないのです。自分が病気になった時の治療、終末期、亡くなった時の対応について、自分の思いや考えを、元気な時に、家族や医療・介護関係者等と話しておくことが必要です。そうすることが、いざという時安心して対応できますし、自分の考え方や尊厳、価値観を大切にすることにつながります。何度も繰り返し話し合うことや、その内容を書いておくことが大切であると、石川先生は話をされました。

子どもさんが遠くにいる方など、お盆やお正月の帰省した時に、『縁起でもない話』をしておきましょう。もちろん同居されている方も一緒です。自分や家族が後で困らないようにするために必要なことです。



居組地区人権学習会開催

新温泉町では、8月を『差別をなくし人権文化をすすめる町民運動』強調月間として、人権学習会等を実施いたします。居組地区は8月2日(金)午後7時30分から婦人の家で開催いたします。多数の区民のご出席をお願いいたします。

また、8月3日(土)午後1時30分から夢ホールで『人権を考える集い』が開催されます。こちらの方もぜひご参加ください。

文教府夏期大学受講生募集

毎年文教府で実施している『夏期大学』も第52回目を迎え、8月17日(土)に豊岡市民会館文化ホールで開催いたします。

今回は、元プロ野球監督・選手で、プロ野球解説者の梨田昌孝氏と脚本家(「西郷どん」「ドクターX」など)の中園ミホ氏の講演があります。聴講を希望される方は、加藤文太郎記念図書館、町教育委員会等にチケットがあります。お買い求めください。なお、会費は前売りで2,000円です。



8月の主な行事予定

- ◎2日(金) 婦人の家
人権学習会
- ◎13日(火) グランド
ふるさとふれあい祭り
- ◎14日(水) グランド
納涼ふれあいソフトボール大会
- ◎16日(金) 居組漁港
精霊流し
- ◎17日(土) 公民館
切り絵教室
- ◎21日(水) 公民館
きっずらんど
- ◎毎週金曜日 公民館
いきいき百歳体操



居組の人口と世帯数

	前月比	1月1日比
男	224名 (0名)	(△5名)
女	283名 (0名)	(△3名)
合計	507名 (0名)	(△8名)
世帯数	239世帯 (1世帯)	(4世帯)

※ △は減

【令和元年7月1日現在】