



いぐみ 居組

No. 446
R 7.1.23
居組地区公民館

大寒

穏やかに新年を迎えました

今年の元旦は好天に恵まれ、大歳神社へ初詣に参拝する家族が次々に訪れていました。今年1年の家内安全、健康祈願、厄払いなどそれぞれお祈りをしていました。



今年は大雪の予報でしたが、当地においては今のところ予報を覆すような天候となっています。しかし、年末から北日本では大雪となり、災害救助法が適用された地域もあります。雪下ろしをしていて落下し、亡くなられた方も出ています。このまま春が来ることを期待します。

2025年は乙巳(きのと・み)の年です。「多くの方が成長を見せようと結果の芽が出始めるのですが、早い人では極限まで芽を吹く」というような年になるといわれています。

「巳」は「蛇」を当てはまるとされて、世界中でも「龍神様」として祀られることが多く、金運を司る神様として祀られる場合や商売繁盛の神様として拝められる場合があります。巳年は金運が上昇しやすいとされ、商売人は一層売り上げが上昇するよう頑張る人が多いようです。また、長寿や胎児、生命力を意味し、健康面や子宝面でもいい兆しが見えるという意味も存在します。



阪神淡路大震災から30年

1995年発生した阪神淡路大震災から節目の30年となりました。このたび、記憶を新たにすため1.17のつどいに参加してきました。都



市部を襲った地震は、大きな被害をもたらしましたが、今は復興が進み、大震災を知らない若者も多くなっています。これからも地震・災害の恐ろしさや命の

大切さを語り継がなければなりません。

昨年暮れの施設停電による居組の断水も、一つの災害です。早く復旧して大きなことにはなりませんが、大災害が起こるかわかりませんので、普段からの準備や訓練が大切です。皆さん、それぞれ災害に備えて準備をしておきましょう。

新温泉町二十歳のつどい

好天の中、1月12日(日)に夢ホールで「新温泉町二十歳のつどい」が開催されました。新温泉町関係の対象者は144名で107名の出席がありました。居組関係では、田村七海さん、山口佑



大さん、房安由香さん(当日欠席)の3名で、二十歳の節目として新たに一人ひとりが自覚を持ち、これからの人生を歩んでいくものと思います。



一人のメッセージを紹介します。『南海トラフに負けない!元気に暮らす!』これからはいろいろな困難があるかもしれませんが、負けないで頑張ってもらってそれぞれ活躍することを期待します。

町民交流書道展開催

町内の書道愛好家の作品を集めた「町民交流書道展」が、浜坂先人記念館で1月11日(土)から22日(水)まで開催されました。前年より少なく13名25点の作品が出展されました。居組からは今年も入江重勝さんの作品が出展されていました。それぞれ普段から書かれている個性のある素晴らしい作品でした。



青推協グランドゴルフ大会

諸寄地区青推協では、子どもたちとの交流のグランドゴルフ大会を開催しており、今年は居組の子どもたちを中心に愛好家にも声をかけ、参加者を募っています。2月23日(日)午前9時30分から諸寄グランド(雨天時は体育館)で開催されます。希望者は、2月10日までに館長(西垣)へ申込みください。多くの参加者を待っています。



今後も、子どもたちの健全な育成のため、できる限り青推協への参加をしていきたいと思います。地域の皆さんもご協力ください。

大歳神社役員一部改選

今年から大歳神社役員(宮委員)の一部が下記のとおり改選されました。改選された宮委員の任期は2年となります。よろしくお願いいたします。

- ◎向 町……西垣 進
- ◎中島町……中村義行
- ◎川 町……三保谷弘道
- ◎本 町……諸道春夫

龍雲寺役員一部改選

今年から龍雲寺役員(寺委員)の一部が下記のとおり改選されました。改選された寺委員の任期は2年となります。よろしくお願いいたします。

- ◎本 町……田中 稔
- ◎中島町……田中裕一(監事兼務)

歴史の散歩道33 寺院2

本堂 明治の火災で焼失した本堂は、鳥取栗谷の興禅寺(前身は龍峰寺)を移築したもの。両妻の葵や揚羽蝶紋が残る。当時銘木と呼ばれたみづめ桜が使用されている。

5間3面の入母屋造。昭和57年(1982)建造物として町文化財に指定された。

飢饉 江戸期の3大飢饉の一つ。天保の全国大凶作は申酉饑死(さるとりがしん)と呼ばれた。

居組の最初に見える人口は、宝暦10年(1760)で110戸・466人。

天保元年から8年を除く12年迄で、死亡者は259人。平均で23人。

天保8年は、居組でも例外でなく、凡そ120%。
「龍雲寺過去帳・釜屋村含む」

手形 江戸時代通行許可書は「過書」とも呼ばれ廻船が往来するときや百姓・町人の身元証明書だ。主として名主・庄屋・檀那寺が発行した。



龍雲寺本堂



懸魚の葵紋

(段秀和さん記)

各町内会で新年初会

1月3日(金)に各町内でそれぞれ初会が開催されました。寺や宮など各組織の事業報告・決算や事業計画・予算など説明があり、それぞれ



承認されたようです。また、今年の役員や担当などを決め、今年の事業や運営にかかわっていきます。たいへんお世話様です。その他意見

交換も行われ、各町内からそれぞれ次の意見要望がありました。

- 結川の上流の土砂撤去をしてほしい
- 運動会の種目を検討してほしい
- 寺の清掃を町内に割り当ててはどうか



- 神社への参道にう回路を設けてはどうか
- 寺の山門の段差解消ができないか
- 結川水門付近の水はけが悪い

いろいろ出された意見や要望については、協議会や各組織で善処してほしいと思います。

2月の主な行事予定

- ◎5日(水)14:55~15:10 木谷宅前
移動図書館車来所
- ◎8日(土)8:30~ 公民館
浜坂西子ども教室
- ◎13日(木)13:30~ 公民館
ポーセラーツ教室
- ◎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	前年比
男	214名	(0名)	(△5名)
女	248名	(0名)	(△5名)
合計	462名	(0名)	(△10名)
世帯数	230戸	(0戸)	(3世帯)

※ △は減

【令和7年1月1日現在】

1

January

諸寄

Moroyose-chiku-kouminkan

発行
第 344 号
令和 7 年 1 月 23 日
諸寄地区公民館



ご家族お揃いで輝かしい新年を

お迎えのことと思います。

本年が皆様にとりまして

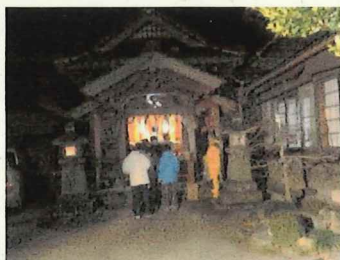
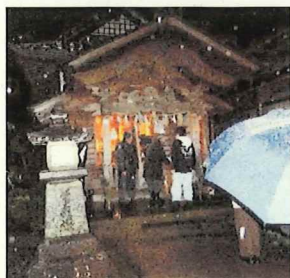
素晴らしい一年でありますよう

お祈り申し上げます。

令和 7 年 1 月 諸寄地区公民館長



令和 7 年 初春の祈り 初詣 とんど。



1 月 1 日八坂神社と社務所には年明けと同時に多くの参拝客が訪れ、今年一年の無病息災や家内安全、商売繁盛、村内安寧を祈願しました。(上の写真は社務所参拝の様子)

1 月 7 日早朝よりお飾りさんや御神札、御守お飾りなどをお焚き上げ、感謝と一年の無病息災を祈願しました。(写真右 4 枚 各町内とんど焼き)



[元旦初詣の様子と、7 日午前 6 時 30 分頃からの各町内 とんど 焼き 風景]

「西小 子ども教室」 今年も開催します!

令和2年10月から始まった子ども教室も今年で5年目を迎えます。
 テーマ 未来に向け、子どもたちが、自主的に学ぶ姿勢をはぐくむ
 内容 学習支援(日々の学習の習慣づけや学力の定着・向上を図る)

「自主的な学びの場」と「安全安心な居場所」を確保する取組
 公民館だよりで 次月の日程をお知らせいたします。

今年も月4回(浜坂・居組・東小・諸寄)を予定しています。

各場所で 午前8時30分より10時の予定です。

令和7年は1月25日(土)がスタートです。

西小校区は(センター集会室で)4か所どこでも参加できます
 新規参加者は各学校か 公民館 前田に申し込み下さい。

080-4692-4441 自宅 82-0584



毎月1~2回、山吹会・アロハフラ教室 開催しています。参加者募集中です!



毎月第(1・3)土曜日 午後1時30分~

場所: 集落センター集会室・和室

講師: 伊藤 明美さん 現在9名で活動中

毎月第1・第3土曜日の午後1時30分から、
 集会室で行っています。身体を動かすと脳が
 活性化します。新しい方も募集中です。

2月の教室は1日、15日です。

毎月第2土曜日 午後1時30分~

場所: 集落センター集会室・和室

代表: 桶本 千鶴さん

毎月第2土曜日の午後1時30分から、集会
 室・2階和室で行っています。4名と浜坂地
 域からの方と合同でも行っています。

2月の教室は8日予定しています。

12/28 令和6年最後の生け花教室開催しました。

今回はお正月に合わせ最終土曜日(12/28)
 午後1時30分から集会室において、8名の
 参加で開催しました。

お正月の玄関に似合う、根引松 S、白梅黄
 中、千両、ハボタン S、を活けると素晴らしい
 正月飾りに生まれ変わります。皆さんのお家
 の玄関や床の間も一段と引き立っていること
 でしょう。センターの玄関にも先生の作品を
 飾っています。新たに生け花をしてみたいと
 思っている方、体験でもいいです、一度覗い
 てみませんか! お待ちしています。

新規参加者も募集中です!

080-4692-4441 前田まで!



「諸寄地区青推協からのお知らせ」

2月23日(日)グラウンドゴルフ大会を開催します。

2月10日までに申し込み下さい。(準備都合上)
センター掲示板前に記入、前田か青推協会長まで
前田 080-4692-4441 松下智一 080-1432-7405
競技終了後は集計後、集会室において表彰式
子ども中心にたくさんの飛び賞もゲットしてね！
公民館運営委員・青推協(小・中)委員 9時集合

と き:2月23日(日) 午前9時30分より

ところ:集落センターグラウンド

雨天時は体育館で(グリーンシート敷)

講 師:公民館 GG ゴルフのメンバーの皆さん

大人も子どもも一緒になって頑張りましょう

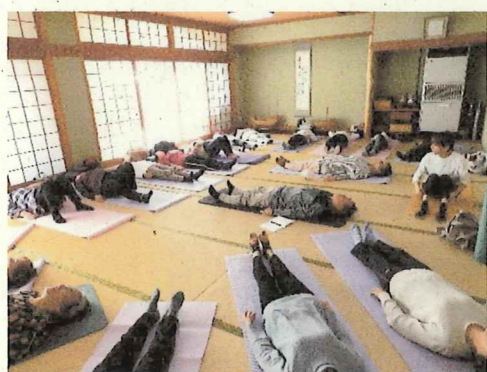
表彰式 1~5位そして飛び賞もたくさん用意

ホールインワン賞(大人、子ども共に)

今回は飲食なし、全員に参加賞ありますよ！



2月も「健康ヨガ教室」開催します。



と き:2月16日(日)1時30分~

ところ:集落センター 2階和室

参加費:500円

講 師:田西 美登里先生

持ち物:ヨガマット(まだの方は先生に
お申込み下さい。)

休憩時のお茶もご持参ください。

寒い時期です。暖かい服装でお越し
ください。お待ちしております。

介護予防に最適、「かぼちゃサロン教室」開催します。

と き:2月27日(木)

13時30分~15時30分

ところ:集落センター 集会室

講 師:おもちゃコーディネーター

今田 貴博さん 090-4279-5436

持ち物:休憩時のお茶もご持参ください

寒い時期ですので暖かい服装でお
越しください。お待ちしております。

[1月の教室は1月23日

13時30分からです]





2月の公民館講座のご案内



健康ヨガ教室	16(日) 13:30~2 階和室
青推協グラウンドゴルフ大会	23(日) 9:00~雨天時 体育館で!
西小子ども教室	22(土) 8:30~集会室
かぼちゃサロン教室	27(木) 13:30~集会室



その他・自主活動の教室

グラウンドゴルフ	(毎週 火・木・土・日) 9時~
習字教室	(毎週土) 15:00~研修室
雪浜吟詠会	(毎週火) 13:30~研修室
山吹会	1・15(土)13:30~集会室
アロハフラ	8(第2土曜)13:30~集会室

新年度から、取り組んでみたいことがありましたらドシドシ意見をお聞かせ下さい。



諸寄スケッチ

恒例 公民館書道教室、楽しいクリスマス会でした!



諸寄と釜屋の人口と世帯数

	前月比	1月1日比
男	497名 (0名)	(△18名)
女	553名 (0名)	(△11名)
合計	1,050名(0名)	(△29名)
世帯数	487世帯(0世帯)	(△5世帯)

※ △は減

【 令和7年1月1日 】

さあ~的を見て真剣に、景品もかわいい当たっちゃった

ひとつなみ

少し遅れましたが、新年あけましておめでとうございます。区民の皆さまには、ご家族おそろいで輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。本年も公民館活動に更なるご支援を賜りますよう、お願い申し上げます。

昨年、2024年元旦16時20分頃の地震、久しぶりの大揺れにビックリしましたネ!その後の津波情報、避難指示が発令されました。そして今年は年末から厳しい寒さが続いていましたが、雨も上がり私も12時過ぎから近くの八坂神社社務所に初詣へ、比較的穏やかな3ヶ日に安心しました。5日は町内のお日待ちで社務所に、町内の方の無病息災、家内安全、村内安寧を祈願しました。7日はほとんど焼きに朝6時半から家を出て、各町内の指定場所巡りで写真撮りやお話もしました。私の町内は八坂神社忠霊塔のある場所で、お飾りや昨年のお札など焚き上げました。私は各町内の後でしたから遅かったですが、皆さん朝早くからとんど焼きに参加ご苦労様でした。

昨年から諸寄に越してこられた方が、介護予防 かぼちゃサロン教室。カードやおもちゃを使ってするゲームで少し頭を使うゲームです。そして健康ヨガ教室、自分のできる範囲で体を動かす、絶対に無理をしない、これが原則のヨガ教室。少し頭を使う、体を動かす楽しい教室です。一度参加してみませんか!

おおば地区

公民館だより

令和7年1月号

おおば地区の皆様、明けましておめでとうございます。

旧年中は公民館事業に御協力を戴き誠にありがとうございました。

本年もよろしくお願いいたします。

今年の正月は、大変寒いが平穏で穏かな正月であったと思います。北日本では大雪で例年の2倍からの積雪だそうです。幸いにもこの地域においては雪もなく有り難いことです。しかし、現在はインフルエンザが大流行で公民館事業にも影響が出ています。1月16日（木）に予定していたカラオケ教室は中止と致しました。

これからも大寒波、インフルエンザは継続されると思います。おおば地区の皆様には体調に充分気を付けて生活をしてください。

公民館長 小谷 明

1月9日（木）浜坂南小学校で書初め大会がありました

1月9日（木） 浜坂南小学校で書初め大会がありました。朝から大雪警報が出そうなほど悪天候の中、そして大変寒くて震えるなかでの書初め大会となりました。寒さのため体育館での実施は中止にして、各学年ごとに各教室にての実施となりました。（オンラインでの実施）

校長先生の挨拶で始まり、公民館長がお手本を書いて見せてから始まりました。

その後、1年生の教室から順に指導して回りました。生徒さんは一生懸命に書いていました。



一生懸命に書く4年生（明るいい心）



丁寧に大きく書く6年生（将来の夢）

1月11日（土）～22日（水） 新温泉町交流書道展

新温泉町内で書を志す人たちの作品「新温泉町交流書道展」が以命亭で開催されています。

1月11日（土）には作品の解説と鑑賞のポイントを作者自身が説明するギャラリートークが行われ、約20人の愛好家らが作品を囲んで意見を交わしました。

出品者13人の力作25点が展示され、俳句や短歌、漢詩等をダイナミックにまた繊細に書き上げた作品は見応え充分でした



1月12日（日） 夢ホールで「二十歳の集い」が開催されました

「成人の日」を前に1月12日（日）成人式に当たる「二十歳のつどい」が開かれた。

冬には珍しく晴天のこの日に華やかな晴れ着やスーツ、羽織・袴を身にまとった新成人107名が式典に出席し、人生の新たな一歩を踏み出した。

式で町長が「一人一人が夢や決意をもってこれからの人生を歩んでほしい」と激励。

新成人を代表して中村さんと谷本さんが「成人の自覚をもち社会に貢献する」と決意を述べました。

大変、厳かな式典でした。



令和7年2月の公民館事業計画

書道教室	2月1日（土）、15日（土）	時間と場所は通常通りです
メディカル・ヨガ教室（第1教室）	2月12日（水）	時間、場所は通常通りです
メディカル・ヨガ教室（第2教室）	2月13日（木）	時間、場所は通常通りです
和紙折り紙教室	2月19日（水）	時間、場所は通常通りです
カラオケ教室	2月20日（木）	（新年会を兼ねます）
オカリナ教室	随時	

久斗地区公民館だより

令和7年

1

月号



発行 久斗地区公民館

KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN

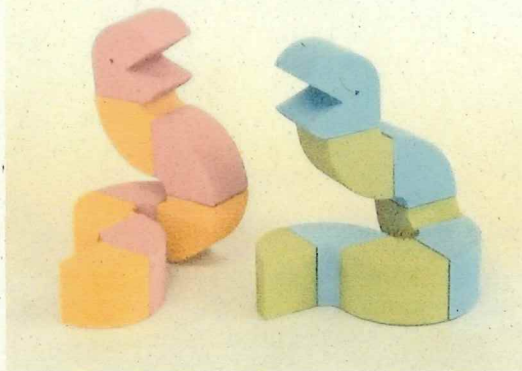
巳 年

令和7年が始まりました。今年は「巳年」ですが、どのような年になるのでしょうか。

ヘビは脱皮を繰り返しながら成長することから、古来より「再生」や「繁栄」の象徴とされています。

これにより、巳年は再スタートや変化のチャンスに恵まれる年になると言われていますし、ヘビは財運や知性、弁財天の使いとして商売繁盛の象徴とも言われます。

今年はヘビにあやかり、しなやかに変化を受け入れ、知恵を活かして成長する一年にしたいものです。



キッズ体操

1月18日（土）に浜坂東小学校で「キッズ体操」を行いました。

体育館を使用し、のびのびと走る飛び跳ねる延ばすなどの運動を行いました。遊び感覚で幼児期に必要な運動能力を身につけています。



地域食堂

1月18日（土）に浜坂東小学校ミーティングルームで開催しました。いずみ会の皆さんが準備してくださった親子どんぶりやスパゲティサラダなどの料理が、地域の方々に振る舞われました。

この「地域食堂」は今後も継続しますので（公民館事業のご案内参照）お気軽にお越しください。



二十歳のつどい

新温泉町の「二十歳のつどい」が1月12日（日）に夢ホールで開催され、対象者144名のうち107名が出席しました。華やかな振袖やスーツ姿の二十歳の皆さんには、しっかりした大人の雰囲気を感じました。町長を始め来賓の方々の挨拶には、一人一人が夢や決意を持って人生を歩み町の発展につながることを期待する想いが込められ、二十歳の代表からも、大人の自覚を持って社会に貢献していく決意が述べられました。その後、門出を祝って麒麟獅子舞が披露され会場はお祝いムードに包まれました。



1・17 追悼集会

令和7年1月17日は、阪神・淡路大震災が発生してから30年という節目に当たります。犠牲になられた方々のご冥福をお祈りするとともに、地震・災害の怖さや命の大切さを学ぶため浜坂東小学校でも「1・17集会」が行われました。この日には、新温泉防災リーダーの会のメンバー3名が来校し、神戸の東遊園地から分灯された「1・17希望の灯り」が届けられ、この灯りについてのお話がありました。その後、全員で「しあわせを運べるように」を合唱し、命の大切さや日頃の備えの大切さを学びました。



「スポーツクラブ21 くとだに」からのお知らせ

「スポーツクラブ21 くとだに」では、くとだに住民や浜坂東小学校区民、及びその住民の関わっている様々な健康増進、ふれあい事業につながる行事を全ての年齢に対し応援（助成）しています。

なお、申請が必要になりますので詳しくは、各地区の区長さんか事務局（浜田直子）までお気軽にお尋ねください。

☆お問い合わせ先☆

スポーツクラブ21 くとだに事務局（浜田直子）

▷新温泉町刈田 283-1 TEL/EAX 0796-82-2962



公民館事業のご案内

◇ 地域食堂

食で繋がる温かさ、安心して過ごせる「居場所づくり」の一環として、いずみ会の皆さんが調理した食事を提供しますので、どなたでもお気軽にお越しください。

日時 2月15日（土）11:30~12:30 参加料 無料

場所 浜坂東小学校ミーティングルーム（体育館2階）

協力 いずみ会、麒麟のまち地域食堂ネットワーク、新温泉町社会福祉協議会



◇ストレッチ教室（久谷）

リラックスし無理のないよう徐々に体をほぐし、軽やかに動ける体を目指しましょう。

日時 2月17日（月）9:00~10:30

場所 久谷民族芸能伝承館 2F 和室

講師 阿瀬宏太（柔道整復師）

◇リズム遊び教室

音楽に合わせて楽しく身体を動かし、幼児期の心身ともにバランスのよい発達を促します。

日時 2月15日（土）10:00~11:00

場所 浜坂東小学校ミーティングルーム

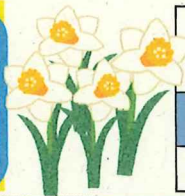
講師 陰山加奈 対象 親子

久斗地区公民館連絡先

〒669-6728 新温泉町刈田 283-1（浜田）  久斗地区公民館

TEL/FAX 0796-82-2962 e-mail: kuto_tiku@yahoo.co.jp`

久斗山地区公民館だより



令和7年
1月号

23日発行

久斗山地区公民館

【ご挨拶】 令和7年(2025年)の元旦は、年末に降った雪もほとんど消えてしまい、初日の出が見られる穏やかな年明けとなりました。今年の干支は「巳」ハビです。爬虫類で手も足も無くニョロニョロと細長く、獲物を丸呑みにするので気持ち悪く思う人もいますが、全国には縁起が良い動物として神の使いとして祀る神社仏閣も多く、特に白蛇は神格化されています。金運を呼ぶと言われ、脱皮殻を財布などに入れる人もいます。相変わらず物価は高騰し生活も楽ではありませんが、巳年は再生と変革の年でもあります。4月には大阪で世界万博が開催されます。新しい何かがもたらされ、さらに良い年になってくれることを願っています。

【氷瀑！青下の鳴滝】 鳴滝(なるたき)は、新温泉町青下の集落下手、山の中腹の岸壁から流れ落ちる落差10mほどの滝です。樹木の葉が茂る春から秋は姿が見えませんが、葉が落ちた晩秋からは、降雨などで水量が増した時など、遠方からでもはっきりと滝の姿を見ることができます。冬期、気温が氷点下になると氷瀑となり、岸壁全体に氷柱のカーテンが降りたようになります。1月12日、快晴のもと上山高原エコミュージアムのかんじきハイキングが開催され、その姿を見ることができました。



朝の冷え込みでつららのカーテンができた青下の鳴滝 (令和7年1月12日)

【雪つもり、雪遊びで子ども喜ぶ！】

1月の久斗山自然教室「雪あそび&雪像・かまくら作り」、昨年は雪が無くて中止しましたが、今年はばっちり積雪が40cmあります。1月11日に開催しました。参加者は19人(子供12、大人7)でした。前日は大雪警報、当日の朝は湿った雪が降る生憎の天気でしたが、開会するとすぐに子供達は雪原を走りまわり、雪だるまを作ったり、雪を盛ってかまくら作り、ペットボトルに雪だまを当てるゲームで盛り上がりました。斜面をソリで滑って歓声を上げていました。途中で輪切りにしたサツマ芋やお餅を焼いてぜんざいを作り、おやつにしました。それから後も引き続いて元気よく遊び、閉会の時間が過ぎるまで楽しんでいました。さすが雪国の子供達、寒さに負けずに雪の中を転がれまわる姿を目にして、とても嬉しく思いました。



みんなで雪遊び、雪像・かまくら作り



背高のつぽの雪だるま完成



ソリ遊びに歓声

おやつに焼いたお芋とぜんざい

【お餅つきして交流会】

久斗山子ども会(青推協)とすこやかクラブの合同行事として、12月21日に「もちつき大会」が開催され、24人の参加がありました。餅つきはコロナ禍以来やっていなかったので久しぶりです。お餅はみんなで協力して2臼突き、突きあがりをきな粉や大根おろし、餡をつけて食べました。とても美味しかったです。その後で屋内ゲームをして交流を深め、楽しい時間を過ごすことができました。



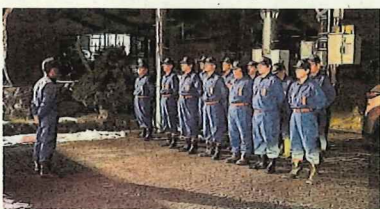
【小正月の行事、とんど焼き】

年神様を見送り、正月飾りを焼く「とんど焼き」の行事ですが、久斗山では毎年、1月7日の早朝に行なわれます。大杉神社下の駐車場奥が会場となり、飾りを置く櫓作りを、今年は5日の朝に村人総出で行ないました。時期的に積雪があって雪かきから取りかかることもありますが、今年はまったく雪がなく、作業も早く終わりました。とんど焼き当日は生憎の雨でしたが、午前6時に点火しました。年々と戸数が減少し、忌中で正月を祝わない家もあって、飾りも少なくなっています。昔より火の勢いは弱いですが、今年も災害の少ない良い年を迎えたいです。



【年末警戒お疲れさまでした】

冬は暖房器具を使うので、火事が多く発生します。地域を火災から守るため、地区の消防団は年末警戒につきます。12月30日午後8時より深夜まで、団員全員が警戒につきました。この日は町長他 の巡視もありました。寒い中、ご苦労様でした。



【数珠く〜り、なんまいだ〜】

16日、朝は薄雪が積っていましたが、日中は青空が出て晴れてきました。午後から、毎年恒例の数珠くりの行事が開催され、子供やお年寄りが集会所で輪になり、長さ8mの大数珠を無病息災を願う念仏を唱えながら廻しました。みなさん、今年もお元気で！



○令和7年 2月の行事

- 3日(月) 立春、節分
- 8日(土) 「かまくらあそび、雪上ゲーム」(12:30~15:00 上山高原エコミュージアム)
- 9日(日) 「かんじきハイキング」(9:30~15:30 上山高原エコミュージアム)
- 16日(日) 久斗山自然教室「野生動物の足跡さがしと雪上ハイク」(9:00~14:00 久斗山地区公民館)
- 23日(日) 「スノーシューで歩こう！チャレンジコース」(10:00~15:00 木の殿堂)



ニホンマムシ
草むらでとぐろを巻き、首を縮め
今にも飛びかかろうと構える。

四季の久斗山生物だより
ニホンマムシ (へび類)
野山の危険生物の第一位にあげられる毒蛇です。草むらや水辺などに生息、農作業中に咬まれることもあり、咬むと、二本の牙から強い毒を注入し、処置が遅れると死に至ります。夜行性で鼠などを捕食し、人の役にたっている一面もあります。

かってに昔話 雪女郎 第三話

作、いつこう

山里は、秋の収穫が終わって秋祭りが済むと暇になります。狩りの好きは人は、罾をかけて猪や野兔を捕まえます。近頃は鹿も増えてきて農作物を食べるのりをするようになりました。ある日、平六は獣道を辿って山に入った。いい道に迷ってしまい、いつの間にか普段は行くことの無い深山へと入りこんでいました。初冬の山の天気は変わりやすく、晴れていた空は暗い雲が覆い、やがて雪が舞いはじめると、たちまちあたりは真っ白になり、本格的な雪になって積りはじめました。風も出て、やがて吹雪となり、あたりは白一色になって、何も見えない状態です。谷に下ったら危険だと平六は本能的に悟り、尾根を少しづつ高い方へと登っていき、真つ白で前の見えないう世界をのくらしい歩いたでしようか。雪はすでに膝の深さまで積っています。斜面を登りきった時です。さーっと霧が一瞬で晴れ、目の前に雪原が広がっていました。そして、その端に数本立つ樺の根方に藁葺きの小屋が建っているのが見えたのです。小屋から目を離すと幻のように消えてしまうのではないかと平六はそんな思いにとらわれつつ、小屋を目指して一目散に雪原を歩きました。やっと小屋の前にとどき着いた平六は、ほっと一息つく、改めて小屋を見ました。狐師小屋や炭焼き小屋のように簡単な山小屋ではなく、造りはしっかりしているようです。藁葺き屋根には雪が積っていましたが、入口は雪かきがついてあり、平六は引き戸の前に立つと、戸をこぶしで叩きました。(つづく)

赤崎地区公民館だより

1月号



公民館HP

あかさき

題字 山基洞宗

歳時記



暦生活HP

▶二十四節気：大寒 だいかん 1月20日～2月3日頃

一年でいちばん寒さが厳しくなるころ。冬の最後の二十四節気。でも少しずつ春の兆しも。

❄ 1月20日～1月24日頃 欸冬華(ふきのはなさく)

❄ 1月25日～1月29日頃 水沢腹堅(さわみずこおりつめる)

❄ 1月30日～2月3日頃 雞始乳(にわとりはじめてとやにつく)



▶二十四節気：立春 りっしゅん 2月4日～2月18日頃

一年のはじまりは立春から。梅の花が咲き始め、徐々に暖くなり春の兆しが見られる頃。

🌸 2月4日～2月8日頃 東風解冻(はるかぜこおりをとく)

🌸 2月9日～2月13日頃 黄鶯睨睨(うぐいすなく)

🌸 2月14日～2月18日頃 魚上氷(うおこおりをいずる)

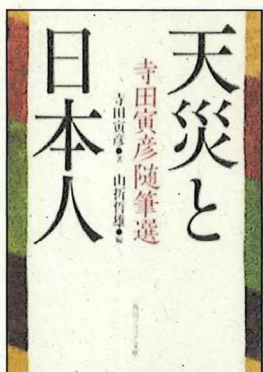


震災30年

▶ 天災と日本人 寺田寅彦随筆選 著者：寺田 寅彦 編：山折 哲雄

天然の無常は遠い遠い祖先からの遺伝的記憶となって五臓六腑にしみ渡っている

寺田寅彦

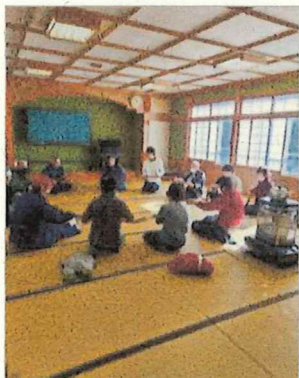


長い時を経て日本列島に築かれた文明の本質を、自然科学と人文学の両面から明らかにした寺田寅彦。その鋭い考察は、地震列島に生きる私たちへ、今なお新鮮な衝撃を与え続けている。日本固有の自然風土と科学技術のあり方を問う「日本人の自然観」、災害に対する備えの大切さを説く「天災と国防」、科学を政治の血肉にしなければ日本の発展はないと訴える「政治と科学」など。解説・山折哲雄

「文明が進めば進むほど天然の暴威による災害はその激烈の度を増す。環境による支配、その最大のものが地震、津波、台風による脅威である。そのため数千年来の災禍の経験は、日本人に環境の複雑な変化に対応する防災上のすぐれた知恵を身につけてきた。その知恵の一つとして自然の驚異の奥行きと神秘の深さにたいする鋭い感覚が磨きあげられた。自然に逆らうかわりに自然にたいして従順になり、自然を師として学ぶ態度が生まれ、その結果、日本における科学の独自の発達がうながされた。日本の科学は自然にたいする反逆を断念し、自然に順応するための経験的な知識を蓄積することで形成された。そこに日本人の「民族的な知恵」が凝結しているのだ」

各地の正月行事

▶ 1月12日・16日 田井・指杭の数珠くり



田井では12日、指杭では16日に数珠繰りの行事を行いました。ちょうど15日の小正月をはさんでありました。小正月の朝は小豆粥を作ってお供えするのですが、村のあるお家では、昔はけんちん汁を作っていたと聞きました。季節の伝統料理を調査せねば。



野良素人のつぶやき

▶ 畑の中の微生物と体の中の微生物(6)

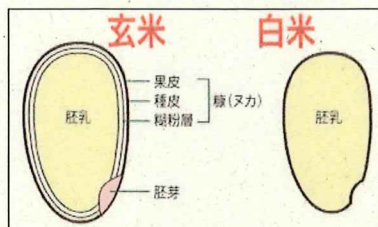
新年おめでとうございます。

今冬はこれまでのところ雪もそれほど多くなく、比較的暖かい正月を迎えました。

「人類はどこで間違えたのか」（中村桂子著）によると、理科の科目のうち生物と地学はこの半世紀で大きく変わりましたと書かれています。半世紀前はちょうど私が高校を卒業する頃です。高校で習ったことが今では通用しなくなっている可能性が高いです。前号に続いて「土と内蔵」から気になるところ、知識を入れ替えなければならないところなどを紹介したいと思います。



第12章 体内の庭より ▶ プロバイオティクスとプレバイオティクス



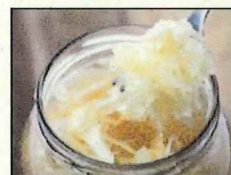
プロバイオティクスは腸の健康を改善する生きた微生物で、整腸や免疫を助けます。これらの微生物を増やす物質はプレバイオティクスと呼ばれ、主に食物繊維です。女性は1日約25g、男性は約38gの摂取が推奨されていますが、実際にその量を摂っている人はわずか3%ほどです。特にイネ科の植物の種子はセルロースが豊富で、全粒のまま食べると良いプレバイオティクスになりますが、精製されると単糖になって、大腸に届く前に吸収されてしまいます。

コムギの種子には、外側の皮（ふすま）と内側の胚芽があります。ふすまは種子全体の重さの14%、胚芽は3%を占めていますが、どちらも栄養がたくさん含まれています。種子は多くの場合、鳥や哺乳類の腸を通して運ばれますが、ふすまは消化されにくくなっています。これは植物が自分の種を広げるための賢い方法です。ふすまの硬い皮は、種子が動物の体を通る間に胚芽を守り、無事に目的地に着いたときにすぐに発芽できるようにしています。



もし穀物のこの硬い部分を取り除いてしまうと、問題が起こります。精製や加工の過程で、栄養が完全に分かれてしまうからです。面白いのは、プレバイオティクスの価値が、食物繊維の消化のしにくさにあることです。これを食事に取り入れることで、良い腸内細菌のバランスを保つことができます。そして、腸内の細菌に何か問題が起きたとき、例えば抗生物質を使って有害な細菌だけでなく、良い細菌も殺してしまった場合には、プロバイオティクスが助けになります。さらに、他の慢性的な病気の原因となる健康問題にも対処する力があります。

キャベツは発酵する野菜であり、新鮮なキャベツを水とたくさんの塩に漬けると、ラクトバチルス（乳酸菌）が増殖します。少量のラクトバチルスがあれば、発酵する環境が整うとすぐに数が増えます。ザワークラウトやキムチを食べることで、その中に含まれるラクトバチルスが腸内に取り込まれます。（3ページにレシピ掲載）



▶ 婦人科医療と細菌のはたらき

膣の健康に関する研究では、プロバイオティクスが感染症の治療に効果的であり、特にラクトバチルスが病原菌を排除し膣の健康を回復させる効果を示しています。細菌性膣症に初めて罹患した女性がプロバイオティクス治療を受けた結果、約90%の治癒率を達成し、抗生物質のみを使った場合の治癒率約50%よりはるかに高い治癒率が報告されています。また、副作用も少なく、抗生物質に頼るリスクも指摘されていますが、未だプロバイオティクスが婦人科医療の主流にはなっていない現状を多くの研究者が嘆いています。

▶ 糞便微生物移植の効果

1958年にデンバーの退役軍人病院で初めて実施された糞便微生物移植（FMT）は、健康な人からの便を患者に移植することで重症下痢を改善する治療法で、最初の患者は直ちに回復しましたが、当時は医師の支持を得られず、その後約50年間、抗生物質が効かない場合のみに限られていました。しかし、2013年にはFMTを受けた患者の94%が回復したことが報告され、従来の治療法23～31%よりはるかに高い効果が認められたため、医療安全委員会はFMTを新しい標準治療として公式に承認しました。

▶ お肉と大腸

完全にはわかっていませんが、消化されていない赤肉のタンパク質は特に有害な副産物を生むと言われていいます。これは窒素や硫黄を含む化合物にさらされることで、慢性的に大腸細胞が傷つくためです。そして、これにより大腸がんが人生の後半に発生しやすく、特にタンパク質の腐敗が起きる大腸の下部で主に発生する理由を説明できるかもしれません。

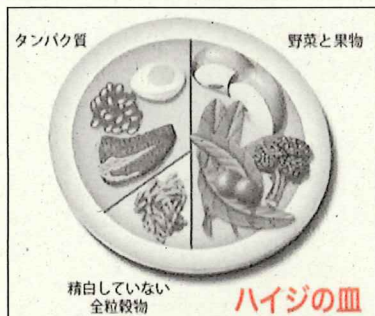
野良素人のつぶやき



▶ 畑の中の微生物と体の中の微生物(6)

脂肪を多く摂取すると肝臓が胆汁を生産して小腸に送り、脂肪を小さな分子に分解して吸収を助けますが、小腸で使われた胆汁はほとんどが肝臓に戻るものの、約5%が大腸に達します。大腸に届いた胆汁は大腸細菌によって有害な二次胆汁酸に変わり、この化合物が大腸内壁の細胞に毒性を持ち、DNAに損傷を与えて細胞の異常成長を引き起こすことで、腫瘍につながる可能性が生まれます。

▶ 何をどう食べるか



「雑食動物」つまり私たち人間が、何を食べるべきかはとても重要です。ハイジが考えた皿のように、中くらいの皿に、野菜、豆、葉物野菜、果物、未精白の全粒穀物(玄米や全粒粉)を使って食事を作ります。好みで肉を加え、健康にいい油を少し野菜の脇に垂らすか上に振りかけます。デザートと甘いものは特別の機会のために取っておきましょう。もちろん、腸の機能異常、糖尿病、特定の食品へのアレルギーなどを持つ人には、食事への特別な配慮が必要ですが、ほとんどの人にとって、健康的な食事のポイントは、バランスを保ち、いろいろな食材を取り入れ、精製された炭水化物を避けることです。

▶ 食生活を変えた結果

自家製の作物が山のようにできると、私たちは野菜を主菜として以前よりたくさん食べるようになり、そして庭で獲れるものを食べることが多くなったので、肉、チーズ、パンを食べる量が減り、戸棚のスナック類はほとんど食べなくなりました。

新しい食事法にしてから一年後、私の血圧とコレステロールは正常値の範囲内に低下します。胃酸の逆流も繰り返す突発的な下痢もなくなりました。体重も大幅に、約11kg減り、もうどんな薬もいらなくなりました。食生活を変えて腸内の微生物の庭園を耕すことで健康がこんなに改善されるのかと、私は今でも驚いています。

——次回 令和7年2月号に続く——

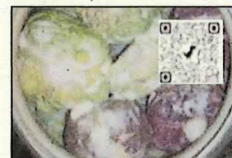
キャベツの塩漬け

▶ 酸っぱい漬物好きですか? ザワークラウトとサワーキャベツ



ザワークラウトの作り方: キャベツと1kg、塩20g(2%)、熱湯消毒した瓶、お好みで香辛料などキャベツをさっと洗い表の葉と芯は取っておく。他を細切りにする。ボールに細切りにしたキャベツと塩を入れ水分が出るまで揉む。空気が入らないように瓶に詰める。キャベツが浸かるように水分を入れる。取っておいたキャベツの葉で中蓋をして、芯を重石のように使い蓋を軽く閉める。冷暗所(25度以下)で1週間くらい。時々蓋をあけて炭酸ガスを逃がしてあげる。白菜でもできます。

サワーキャベツとは: 文中のキャベツのお話の中に「新鮮なキャベツを水とたくさんの塩に漬ける」とあり、ザワークラウトは水を入れないし塩も2%と多くはないのに変だな。と思っていたら、キャベツを丸ごと漬け込むというものでした。ルーマニアやハンガリーなどで作られているそうです。白菜漬けのようなものですね。



今月のおすすめ本と動画

人類はどこで間違えたのか: 大地の五億年: シン・オーガニック

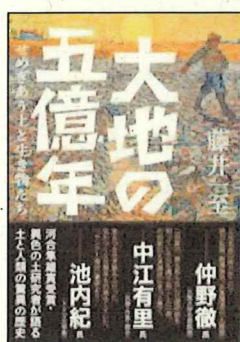
👉 人類はどこで間違えたのか(中村桂子著): 生き方を見直すヒントは生きもの40億年の歴史が詰まった土。



環境を破壊し格差を生み出した農耕の「原罪」が浮かび上がり身近な「土」の重要性が明らかになる。



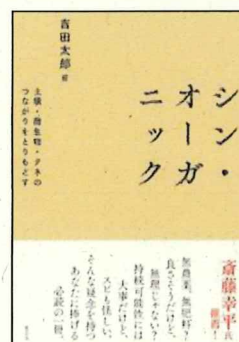
👉 大地の五億年 せめぎあう土と生き物たち(藤井一至著): 地球には最初土がなかった。地球上に生き物が誕生し遺体と岩石



石から土が生まれた。土の研究者である著者がスコップ片手に世界を飛び回り、土に残された多くの謎を掘り起こしていく。

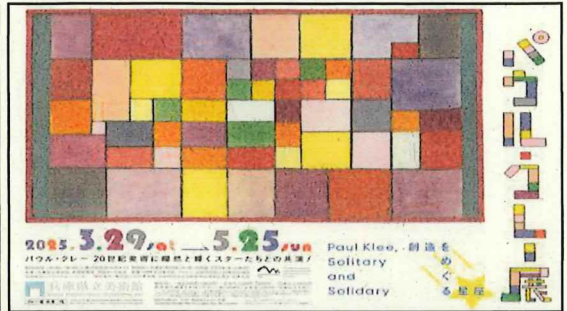
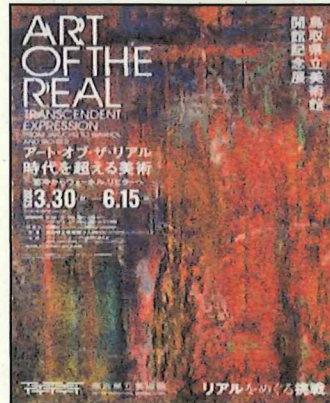
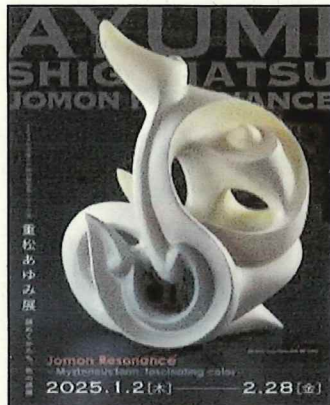


👉 シン・オーガニック(吉田太郎著): 斎藤幸平氏推薦! 「無農薬、無肥料? 良さそうだけど、無理じゃない?」



持続可能性には大事だけど、スビも怪しい。そんな疑問を持つあなたに捧げる必読の一冊。





2月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
26日	27日	28日	29日	30日	31日	1日
◆町新春書き初め展(多目)~1/28 ◆いい風の日(ゆ〜ら〜館) ◆雪玉ストラックアウト(牧公) 友引 ◆14:00 やさい日本語落語	先勝 田井いきゞ百歳体操 伝減	赤崎いきゞ百歳体操 先勝 餅(新月)	◆浜坂東小スキー教室 友引	先負	◆スキー教室(牧公) 伝減 旧暦1月4日	
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
◆都市区対抗駅伝競走大会 大安 給分 旧暦1月5日	配分 赤口 立春 旧暦1月6日	田井いきゞ百歳体操 先勝 旧暦1月7日	赤崎いきゞ百歳体操 ◆浜坂中 入学説明会 ◆浜坂北小スキー教室 友引 旧暦1月8日 上弦	◆宇都野学園定例講座(多目) 先負 旧暦1月9日	◆浜坂東小入学説明会 伝減 旧暦1月10日	◆かまくら・雪上競技体験(上山) ◆スキー教室(牧公) 大安 旧暦1月11日
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
◆牧場公園雪まつり(牧公) ◆町民卓球大会(健公) ◆かんじきハイキング(上山) 赤口 旧暦1月12日	先勝 旧暦1月13日	建国記念の日 ◆井土・竹田 茗荷祭 ◆阪安地区卓球大会(健公) 田井いきゞ百歳体操 友引 旧暦1月14日	赤崎いきゞ百歳体操 先負 旧暦1月15日 望(新月)	◆浜坂北小参観日 ◆浜坂認定こども園 参観日 伝減 旧暦1月16日	大安 旧暦1月17日	◆バスケットボール大会(健公) ◆スキー教室(牧公) 赤口 旧暦1月18日
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
◆バスケットボール大会(健公) 先勝 旧暦1月19日	◆浜坂東小 参観日 友引 旧暦1月20日	田井いきゞ百歳体操 先負 雨水 旧暦1月21日	赤崎いきゞ百歳体操 伝減 旧暦1月22日	◆宇都野学園修了式・閉講式(多目) ◆浜坂北小 体験入学・入学説明会 大安 旧暦1月23日	◆浜坂認定こども園 入園説明会 赤口 旧暦1月24日 下弦	先勝 旧暦1月25日
23日	24日	25日	26日	27日	28日	1日
天皇誕生日 友引 旧暦1月26日	天皇誕生日 振替休日 先負 旧暦1月27日	田井いきゞ百歳体操 伝減 旧暦1月28日	◆いい風の日(ゆ〜ら〜館) 赤崎いきゞ百歳体操 大安 旧暦1月29日	公民館だより発行 赤口 旧暦1月30日	◆浜坂高校卒業式 友引 旧暦1月31日 餅(新月)	◆春季全国火災予防運動~3/7 先負 旧暦2月2日

▼移動図書館 第4次曜
和 田 14:25-14:40 赤 崎 14:50-15:05
田 井 15:50-16:05 指 杭 16:10-16:25



赤崎地区公民館HP <https://akasaki.site/>
赤崎地区公民館へのお問い合わせ
☎669-6714 兵庫県美方郡新温泉町赤崎631番地
☎(0796)82-3678 公民館長 二階堂 寿江(にかいどうとしえ)



FAX (0796)82-5563
電話(携帯) 090 8233 0843
Mail akasakicc@icloud.com
メールアドレスQRコード➡



令和7年
1月号



御火浦

三尾地区
公民館だより

発行

令和7年1月23日



新春のお慶びを申し上げます。

皆様におかれましては、ご健勝で新年をお迎えのことと思います。

昨年中は、公民館活動に対しまして、良きご理解とご協力いただき、心から感謝申し上げます。今年も宜しくお願い致します。

今年は年末寒波からそれほどの寒波が来て、雪も交通に不便をかける程降っていませんが、これから寒波到来が心配です。大雪時はやはり除雪優先ですので、無理して出るのは止めて除雪車が来て安全に道路が通れるようになってから出勤をお願い致します。

コロナも未だに発症者が有り、寒さ厳しき折から風邪・インフルエンザも流行ってます。くれぐれもご自愛ください。

今年一年区民皆様のご多幸をお祈りいたしております。



1・2月 公民館及び地区・他行事



令和7年1月1日（元旦）



年末の雨風で正月がどうなるか心配されましたが、穏やかに迎えることが出来ました。

宮当番の方々には、神社の準備しめ飾り取り付けありがとうございました。

令和7年1月2日（水）お日待ち

宇都野神社の宮司による祝詞で今年度の無病息災を祈って頂きました。



開始前に各町内で、来年度の役員決め会議

1月7日（火）午前6時～

とんど焼き

雨と強風で心配されましたが、強行してとんどを行いました。

小三尾も同じく出来た様です。



とんど焼きとは、松の内まで飾っていた松飾りやしめ縄、お正月にしたためた書き初め、昨年に授与したお守りなどを、神社や地域の広場・畑などに持ち寄って燃やす（＝お焚き上げる）、地域の行事の事です。とんど焼きには、正月飾りを目印に家にきてくださった年神様を、正月飾りを燃やした煙とともに見送るという意味もあります。お盆の「送り火」ともニュアンスが似ています。縁起物を燃やして、五穀豊穡、商売繁盛、家内安全、無病息災を願います。

1月4日(土) 午前9:00~

新春 書初め大会



毎年脇本幸子先生に依頼して恒例になりました、新春書初め大会！
参加者は少なかったですが、新年から精神統一して筆を走らせました。
春からは是非習字を習いたい方が多く居れば教室を立ち上げ、文化祭に出品出来るくらいの作品を作りませんか！



今年の作品を集会所のコピー室入り口に貼り付けてます。ご覧下さい。

1月12日(日) 午後1:00~ 二十歳のつどい 夢ホール



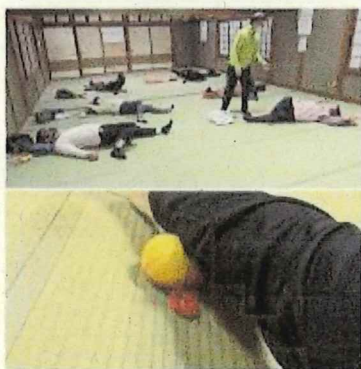
岡村京花さん 自宅前でおじいちゃん・おばあちゃんとの記念写真

三尾地区から二人が大人の仲間入りしました！
中村有翔さん・岡村京花さん
おめでとうございます！

有翔君は出席者を代表して成人としての決意を述べました！



メディカルヨガ講座



1月2月は休みます。3月実施

本年度の参加者は少なく実施したのが現実でした。

夜の7時は出にくい時間も関係しているのも事実です。

2時間たっぷりしなくても、30分・1時間だけでもいかがでしょうか。

身体の痛い箇所の修正の仕方を教えて頂けますので参加お願い致します。

三尾地区公民館より

本年度も後2か月ですが、降雪とか考えながら事業を行いたいと思いますので、ご協力お願い致します。

カラオケ・健康麻雀・ポーセラーツ等

数珠繰り・青推協卓球大会が行われましたが、大会の状況結果は、来月の公民館だよりに掲載致します。

1月公民館・地区・他活動(予定含)

随時 いきいき百歳体操(すこやかクラブ)

随時 やまざくら練習・ふれあいサロン

1日(水) 元旦

2日(木) お日待ち

4日(土) 新春書初め大会

7日(火) とんど焼き

7日(火) 小・中学校 始業式

12日(日) 新温泉町 二十歳のつどい

18日(土) 念仏講・数珠繰り

19日(日) 御火浦青推協卓球大会

26日(日) 宮ごもり 会計報告

2月公民館・各団体活動(予定)

いきいき百歳体操(すこやかクラブ)

随時 やまざくら練習・ふれあいサロン

3日(月) 節分

28日(金) 浜坂高校 卒業式

春來地区公民館だより

春來



1月

令和7年1月20日

第80号

(文責。田中篤幸)



恭賀新年



第10号です。

春來の皆様、新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

11月3～5日に開催された「新温泉町文化祭」の様子を紹介します



参観者は昨年よりも多く集まり、3日の舞台発表会で約800人、作品展示場には、3～5日の3日間で約400人が参観されたとのことです。



左の書の出品作品を温泉公民館の大森館長よりいただきました。しばらくは春來地区公民館の会議室に展示しますので、ぜひ、ご覧ください。



特別伝道檀信徒大会(11/8)



この日の大会に春來より11名が参加しました。全体の参加者は約800人です。

す。管長猊下にお会いしました。

カラオケ練習会(12/10)



本年度最期の練習会です。降雪が予想されるため、次の開催は

4月となります。

新そば祭・兵庫県知事選挙(11/17)



秋晴れの清々しい一日を朝から迎えました。この日は二つの行事が重なり、公民館周辺は賑やかな一日となりました。新そば

祭には350人をこえる参加者がありました。

フラワーアレンジメント教室

(12/18)



お正月用の作品ができました。



企画展、今後の予定など

★今後の予定★

R6年12月～R7年3月 (休館)

R7年4～5月

子どもの絵 絵画展 (予定)

松崎直樹 氏 所蔵

6～7月

先人の掘り起こし (予定)

阪本善行 氏 所蔵

8～9月 木の枝工作小学生作品展
と切手アート展 (予定)

※7月に開催する教室の作品展

10～11月 中村光徳遺作

切り絵展 (予定)

12月～R8年3月 (休館)

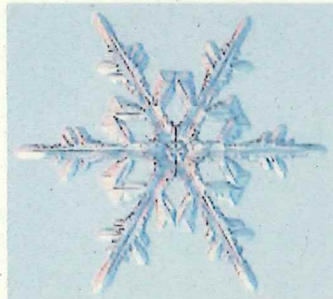
「切手アート」よもやま話 (4)

《作品構想》

- 1) 写真、絵はがき、書から構想を練る。
・色々な作品を眺めていると、それに合う切手が見えてきます。
- 2) 切手を眺めながら作品を考える。
・種類別に分けた後、それぞれの切手がどんな作品とコラボできるかを考えます。
- 3) 書店や喫茶店で絵画や写真の雑誌を見る。
・なにげなく、見ている雑誌から新たなヒントが生まれます。

★最近、これらを考える時間がとても貴重である
と思えるようになりました。

春來の自然 「雪」



本格的な冬のシーズンが春來にやってきました。

雪の結晶の形は一つとして同じ物はないと言われるほど多様な形があります

その美しさに見とれてしまい、それこそ何時間でも見つめてしまいます。

世界で初の人工雪の結晶をつくることに成功

した中谷宇吉郎博士は、「雪は天から送られた手紙である」と表現しました。

例えば、雪の結晶としてよく知られている6本の枝の様な形をした樹枝状の結晶は、水蒸気量が多めで氷点下15度の雲の中で成長したものだそうです。では、なぜ六角形なのか・調べてみます。



あっちゃんの夏休み (10) 「子どもの頃の世界観」

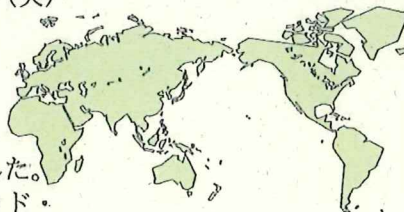
あっちゃんの世界地図を見るのが好きな子どもでした。当時、世界地図は3、4年生で一度配られ、5、6年生になると更に詳しい地図が配られたように記憶しています。

小学校2年生頃までは、世界は学校と家を中心ですから、春來の1組はとても遠かったです。5組はそれこそ異国の村でした。たまに連れて行ってもらえる湯村は、背の高いホテルや旅館がたくさんありましたから、都会のイメージです。浜坂は海が広がり、水平線が遠くで曲線として広がっていますから、別世界の町であるという印象が残っています。祖父母から教わった満州 (中国) の話や日本一高い山、富士山は一度行ってみたい場所となりました。

3年生で配られた世界地図を見ながら、最初に探したのは、中国と富士山です。すると、日本の中国地方を見つけ、「いがいと近い」とか、北海道地図がとんがっていることから、「これがたぶん富士山だ」と、おもしろい間違いをしていました。(笑)

それから、勉強で習った地名、行ったことのある場所を見つけては、地図帳の索引欄地名を鉛筆で丸く囲って遊んでいました。

ある日、世界地図を見て遊んでいるとユーラシア大陸にアフリカ大陸とオセアニア大陸がくっつくことを見つけました。これは、大陸移動説を提唱したドイツの気象学者アルフレッド・ヴェグナーの発想と同じであると知ったのは大きくなってからです。



ななむあ

第115号
発行：照来地区公民館
責任者：館長
☎ 92-1738

令和7年1月1日現在
世帯数：518世帯
人口：男 627人
女 710人
計 1,337人

今年は「巳年」「復活と再生」の年！

照来地区の皆さん、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。本年も皆さまにとりまして実り多い年となりますよう心からお祈りいたします。

さて、今年2025年は「巳年」です。脱皮する蛇は「復活と再生」を連想し、不老長寿や強い生命力につながる縁起のいい動物と伝えられています。

巳年にまつわることわざや熟語は多くあります。よく耳にするのが「蛇足」とか「蛇の道は蛇」「蛇ににらまれた蛙」などですが、「竜頭蛇尾（りゅうとうだび）」という四字熟語はご存知でしょうか？「初めは勢いがいいが、終わりはふるわないこと」の意味です。私は毎年このようなことになり、いつも反省するので、今年は「竜頭蛇尾」にならないように頑張りたいと思います。

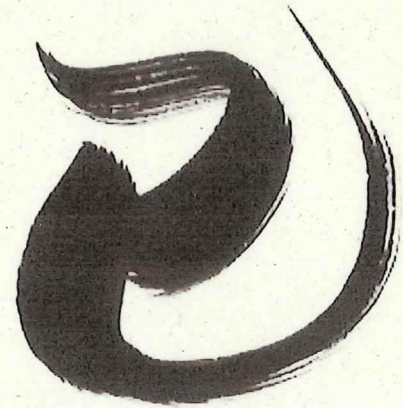
今年は、「復活と再生」ということですが、そのためにはやはり何といっても人口減少対策ではないかと思っています。私の個人的な思いですが、何故皆都会へと出て行くのでしょうか。それは、地元の魅力を感じない人が多いからだとか多くの人が言います。当然のことなのですが、逆に見方を変えれば地元の魅力を知らないからではないかと私は思っています。

子どもの頃からその環境に慣れてしまっていて、地元の良さに気付かないのだと思います。私もそうでしたが、町外の人から「照来はいいところですね」と言われてはじめて良さに気付く。

子どもの頃から照来の良さを知っていれば都会に出て行く人が減るのではないかと考えました。良さを知っていれば、例え都会に出たとしても照来良さを都会の人たちに伝えられますし、そうなるとその人たちが訪れてみようかとなります。そして、自分自身も帰ってみようかと思うのではないかといつも思っています。

そのために何をすべきか。ありとあらゆる場で照来の良さを学ぶ。例えば、小学校、高齢者大学、公民館講座、各区の学習会等々で照来の魅力を学ぶ時間を設ける。

また、つぶやいてしまいました。今年もよろしくお願いします。



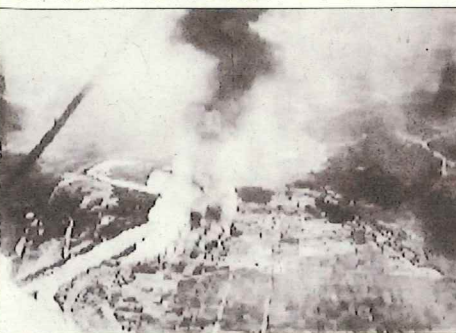
阪神・淡路大震災から30年!北但大震災から100年!

平成7年1月17日午前5時46分大きな揺れで目が覚めました。屋根に積もった雪が落ちたのかな思ったのですが、まだ揺れている。これは地震だとわかりました。皆さんもそう思われたのではないのでしょうか。

あれから30年が経ちました。当時、何回か神戸へ応援に行ったことを思い出します。長田区役所へ罹災証明の発行手続きなどの応援に行ったのですが、区役所の周りは焼けた建物が多く、道路は隆起していても歩ける状態ではありませんでした。また、避難所へ食料を届けに回りましたが、誰も愚痴を言わず協力し合ってる姿を見て、人って強いなと思いました。今でも当時のことはよく覚えています。

皆さん、北但大震災から今年で100年だと知ってましたか？但馬の国は地震のない国とされてきましたが、大正14年（1925年）5月23日午前11時9分円山川河口地域を震源とするマグニチュード6.8、

北但大震災（豊岡市公式ウェブサイトより）



震度6（当時の最大階級）の大地震が発生しています。幸い照来の方には大きな被害はありませんでしたが、城崎温泉や豊岡町（現豊岡市）は、壊滅的な被害となり420人の尊い命が奪われました。

この城崎温泉、今では全国有数の観光地となっていますが、この復興に携わった方をご存知ですか？

実は、多子出身の吉田享二（旧姓宮脇）さんです。当時、建築材科学者であり早稲田大学教授だった吉田さんに城崎の復興計画が託されました。具体的には、6棟の外湯と小学校の鉄筋コンクリート造によって再建され、防災都市計画が区画整理によって進められたそうです。

こうした大震災は、後世へ語り継がなければなりません。そうすることが今後の防災につながると思います。

お詫び

先月号で、『「能登半島地震」からもうすぐ1年!』という記事を書きましたが、氏名を間違えたいやっではいけないことをしてしまいました。本当に申し訳なく思います。文中「矢内誠一さん」は「谷内誠一さん」の間違いでした。お詫びして訂正いたします。



お知らせ!

劇団「演劇ファクトリー」

『但馬伝説』～落人の里～

■開催日：令和7年2月23日(日) 14:00開演

■場所：夢ホール

■チケット：前売 大人1,000円 高校生以下500円
(当日券は300円増)

■問合せ：温泉公民館(町民センター内) 92-1870

インフルエンザ大流行!

現在、インフルエンザが大流行しているそうです。そもそも「インフルエンザ」とは、インフルエンザウイルスによって引き起こされる呼吸器感染症のことですが、例年、12月～3月が流行シーズンです。感染力が強く、感染した人の咳くしゃみなどによってウイルスが飛び散り、それを吸い込むことによって感染します。ウイルスが付着したものをさわった手で、口や鼻の粘膜をさわることで感染します。予防法としては、こまめな手洗いやうがいがありますが、抵抗力を維持する生活習慣もあるようです!

生活習慣

食事 体力保持のために栄養バランスのよい食生活に心掛ける

運動 適度な運動を積極的に取り入れる

睡眠 抵抗力を落とさないためには、十分な睡眠が不可欠

環境 のどの粘膜の防御機能低下防止のため、室温は20℃前後、湿度50～60%を保つ 部屋の空気の入れ替え



照来の歴史(69) ～神社シリーズ～ 飯野『巖山神社』

温泉町郷土読本には『貞観3年(861年)の創立といわれ、はじめ巖山大権現といい、明治初年巖山神社と改めた。明治6年10月村社となる。なお境内には、猿田彦命を祀る日枝神社がある。祭神は、大山祇命を奉斎する。日吉山王(一名比叡明神)或いは地蔵大菩薩ともいわれ詳細不明』とあります。

大権現とは、仏・菩薩が人々を救うため、仮の姿(神として)で現われることです。「巖山大権現」は平安時代に大きく発展した思想である「神仏習合」の名残りだと思われます。その後、明治政府が神仏分離令を布告したのを受け「巖山神社」となったのだと思います。

ただ、神仏習合の行事は「巖山大権現祭」として現在でも残っており、但馬では極めて珍しい伝統的な神仏習合の形式を伝えているとして、町指定文化財に指定されています。

■大山祇命(おおやまつみのみこと)

山をつかさどる神 イザナミの子

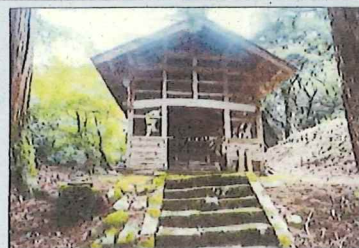
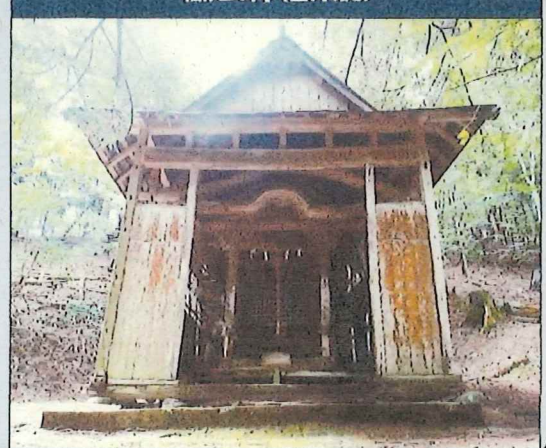
■猿田彦(さるたひこ)

道開きや道案内の神として信仰され、旅の安全や新しい道を切り開く象徴

■日枝神社(ひえじんじや)

山王信仰に基づき比叡山麓の日吉大社より勧請を受けた神社の社号

巖山神社本殿



1月号

はった

令和7年1月23日



お健やかに新年をお迎えのことと存じます。皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。昨年は、地区公民館の諸活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。今年も皆さんに楽しんでいただけるような催しや講座の充実を図ってまいりたいと考えております。ご協力・ご支援をよろしくお願い致します。

さて、1月中旬から気温差が大きい日があり健康管理が難しい日が続いています。インフルエンザもまだ流行しているようですので、くれぐれも健康にご留意されてお過ごしください。



さて、1995年1月17日未明に発生した阪神・淡路大震災から今年で30年になります。当時の想像を絶する被害の様子を記憶しておられる皆さんも多いと思いますが、兵庫県では大震災後に設立された「兵庫防災リーダーの会」の方々が、地域住民の防災意識の向上や災害直後の活動などに向けて準備検討を進めてきておられます。わたしたちの新温泉町にも約30名の防災リーダーの方がおられますが、先日「震災の集い」に町内の小・中学校を訪問されて児童生徒にお話をされました。八田地区集落支援員の前垣豊さんのそのお一人です。コメントをいただきましたのでご紹介いたします。



温泉小学校「震災のつどい」

2025年1月17日は神戸・淡路大震災から30年、震災の5年後から神戸で灯され続けている「1.17希望の灯り」が分灯され「新温泉町防災リーダーの会」の会員によって町内の小・中学校に届けられました。これには私たち八田地区に住む会員3名（私と太田清美氏、井上至信氏）も参加しました。また、私たち会員はそれぞれの立場で地域

内外での防災訓練や防災研修会を行うなどして積極的に活動しています。私も集落支援員の立場で内山区と宮脇区の公民館で、防災についての話をさせていただき、その際には引用編集した「防災三択クイズ」を活用いたしました。皆さんの中で減災・防災に興味をお持ちの方はどうぞ気軽に声をかけてください。

【八田地区集落支援員…前垣豊】



内山区いきいきサロン

八田地区公民館 1月の事業から

新春書き初め会

新しい年が始まり、今年も令和7年1月5日（日）に「新春書き初め会」を開催しました。講師としてお招きしたのは昨年にも引き続いて温泉公民館長の大森利昭先生。基本から書き初め清書まで丁寧にご指導いただきました。

今年は小学生3名の参加があり、特大の筆で運筆について教えていただき子どもたちも「よく理解できた…」と自信を持って筆を走らせていました。



ボッチャ練習会



1月21日、八田地区体育館で今年最初の「健康づくり講座」を行いました。今回は冬の体力づくりをより意識して企画した内容にと思い、「ボッチャ」「ボール投げ」「室内グランドゴルフ」「握力測定」を準備しましたが、参加された10名の皆さんが「ボッチャ」に大変興味を持ち長時間「ボッチャ競技」を楽しまれました。初めて参加された2名の方は「はじめはルールがわからなくて戸惑いま

したが、途中からは白い玉にねらいを定めて投げることができました。うまくいくと気持ち良く楽しかったです。」と話しておられました。

3月9日には「新温泉町ボッチャ交流大会」が開催されることになりました。八田地区からも参加することになっています。次の区長便の時に参加希望を募りたいと思っています。

皆さん、是非ご参加くださいね。



文化祭作品募集チラシでご案内しておりますが、2月22日（土）から2月28日（金）までの期間『八田地区文化祭』を開催いたします。会場は例年と同じ八田コミセンです。八田地域の皆さんの心の交流の場になればと思っています。

みあけ

34号

奥八田地区公民館 令和7年1月23日

寒中お見舞い申し上げます 今年もどうぞよろしくお願いいたします

毎日寒い日が続いていますが、皆様お元気で過ごしてはいかがでしょうか 令和7年も、スタート、ようやく落ち着いた感じがいたしますが、まだまだ寒さも厳しいです。皆様のご健康をお祈り申し上げます



1月17日 阪神・淡路大震災から30年

あの日の事は鮮明に思い出される。30年前のあの日1995年1月17日午前5時46分突然の大きなゆれ〜百万ドルの夜景と言われた神戸の町は、黒い闇に包まれた。電気、ガスなどのライフラインは、寸断。多くのビルや家ががれきの山と化した。人々の日常を一変させた。多くの方々の命も奪われた。今年も1月17日がやって来た。12時ご冥福を祈り黙とうした。命の重み生きている事に感謝する。この震災の教訓を胸に、決して風化させることなく、防災への取り組みを強化。災害は、いつ何時、自分や大切な人々に降りかかるか分からない。災害に備えると共に震災の経験から学び、震災を知らない世代にも過去の災害にせず災害の記憶を伝えないと、新たに記憶を思い出す事も大事だと改めて胸に刺んだ1日であった。

2月行事

2日…夫婦の日

3日…立春

8日…針供養

14日…バレンタインデー

28日…ビスケットの日

2日…節分

6日…初午

11日…建国記念日

23日…天皇誕生日



2月の予定

健康麻雀教室第2・4(金)14日、28日…8:30～

リメイクの会第2・4(土)8日、22日…9:30～

習字教室第3(土)15日…9:00～

ポッチャ練習会第3(月)17日…9:00～

のぞいてみませんか

新しい方大歓迎です。

寒さなんて何のその…

皆さん元気にパワー全開。



節分

節分・・「福は内・鬼は外・・・・・」



2月2日は、節分です。(あれえ～節分って2月3日では?)と思われた方もそうなんです。2025年の節分は、2月2日(日)です。何でかなあと思い調べて見ました。そもそもの節分とは、季節の始まり日の前日、季節を分ける事を意味しています。又、立春の前日であるため、立春の日付けによって節分の日付けも変動します。立春は、年によつて変わる事があるため、2月2日になつたり、2月4日になる場合もあるのです。

2025年の立春が2月3日なので、その前日が節分となるわけです。

今年のように2月2日が節分になるのは、1897年明治30年以来、何と124年ぶりだそうです。

節分にかかせない豆まきは、季節の変わり目に起こりがちな病気や災害を鬼に見立てそれを追い払う儀式です。節分は、子供たちも楽しみにしている行事。

近年では、恵方巻も節分の食べ物としてすっかり定着しています。今年の恵方は「西南西」。この方角に向かい恵方巻を食べると、家庭運、健康運が高まるとか。日本の伝統行事です。大切に残していきたいですね。

節分が終われば暦の上では、春がもう目の前です。春が待ちどろしいですね。



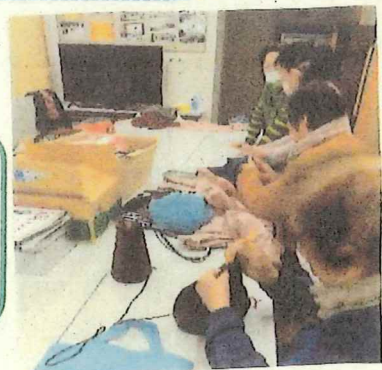
新年の教室をのぞいて見ました

健康麻雀教室

今年も健康で、元気いっパイ頭を使い・・・楽しく腕を磨きます。パイのいい音がきこえてきました。

リメイクの会

新しい年を迎え、新しい仲間を迎え楽しく、自分のペースで頑張ります。わいわいがやがや楽しみましょう。

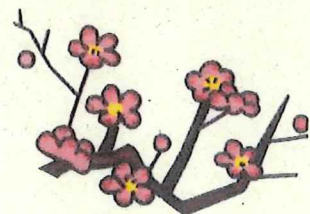


習字教室

筆がスムーズに動きます。三谷先生の指導が楽しみです。今年も美しい字に出会うこと間違い無しです。

ボッチャ練習会

この冬、身体をあまり動かしてないなあ。そんな、あなた、楽しくゲームしませんか。お待ちしております。



館長のひとりごと・・・日本全国、インフルエンザが猛威をふるっている。手洗い、マスク着

用を気を付けたつもりが、何の事もなく年末から、咳、発熱、身体中の倦怠感・・・まさにこれぞインフルエンザまっしぐら。緊急外来診療巡り。三が日は寝正月。皆様もくれぐれもご自愛ください。

