

さべりing



あられる緑 つながる和 生き活きさべり

ソーセージ作りでつながる和

～1月29日開催：ソーセージ作り教室～



▼山辺里地区まちづくり協議会(すこやか委員会)では、今年度の料理教室第2弾。「ソーセージ作り教室」を開催しました。▼講師は山辺里地区文化祭にも出店していただいた「女川ハム」の大島信一さんです。▼大島さんの軽快なトークで、和んだ雰囲気教室が始まりました。▼絞り袋に入れた肉を麺棒で羊腸に詰める作業では、「ぎゅっ」と力を入れると面白いように肉が詰まっていきます。2人1組での作業をしながら、「キャー!腸が破れたー!」などの声があちこちで上がると、会場が賑やかに。▼詰めあがったソーセージをポイルすると、次第に会場はいい香りに包まれます。最後に講師が作った美味しいソーセージを試食し、みんなニッコリ笑顔で教室を終えました。

さべり地区の話題

◎は、集落活性化補助金を活用して実施した、各集落の活動です。

高平 賽の神 平成 29 年 1 月 15 日(日) - 集落内 - 30 人参加◎



▼高平集落では吹雪の中、賽の神を行い、集落の約7割の30人ほどが集まりました。中には、「集落の星」である唯一の小学生も参加です。▼歳之神では、42歳と61歳の人の厄落としや集落の人の健康を祈り点火。スルメや餅を焼き、お神酒と共にいただきました。▼高齢化により、この先何年続けられるか分かりませんが、集落の無事と健康を祈念するため、頑張っけていきたいです。

袋 どんど焼き 平成 29 年 1 月 15 日(日) - お宮様の前の田 - 30 人参加◎

▼お宮様前の田んぼで、午後1時30分準備、3時点火で毎年恒例の左義長を行いました。▼点火前には区民30人で、お宮様に向かい手を合わせました。▼点火を行ってからは、お神酒を頂いたり、餅、するめなどを焼いて食べたりして無病息災を願いました。▼昨年の左義長は、雪が無く霧困気が出ませんでした、今年は天候も程よく、雪も多かったためとても良い左義長を行うことができました。



上山田 どんど焼き 平成 29 年 1 月 15 日(日) - 上山田集落 - 28 人参加◎



上山田集落では毎年、どんど焼きの為に橋を作ります。

▼上山田集落で、恒例になっている「どんど焼き」(さいの神)。今年は、例年になく雪がなかったのですが、2~3日前から降り続いた雪のおかげで、絶好の「どんどやき日和」になりました。当日、昼過ぎからやぐらを建てる場所へ行くための橋をかけ、その後、やぐらの中心が倒れないようにするための杭を打ちます。その杭に竹を結び付け、稲わらや各家庭から持ち寄った門松等の正月飾りなどを巻きつけて完成です。▼夜7時頃に点火する頃になると村の人も集まります。集まったみんなで、残り火で餅やスルメ等を焼いて食べ、無病息災を願いました。

▼この日は、朝 8 時半から子ども会の親子が各家庭を回り、ワラや豆木などを集めてくれました。その後は、公民館役員と共に 6 メートル程の巨大な「さいの神」の準備。「さいの神」の準備が終わると、公民館 2 階広間と玄関両脇の柱にはゆずり葉とだんごの木を設置し、お昼休憩です。▼午後からは、子供たちのお母さんやおばあさんと一緒に、赤、白、黄色、緑のだんごを作りました。繭玉とだんごの色合いなど、全体のバランスを考えながら、だんごの木を楽しく上手に飾り付けました。▼夕方 3 時半に消防団がさいの神の火入れを行うと、炎は勢いよく燃え上がります。炎を囲んで家内安全を祈りながら、持ち寄った縁起物のするめや餅を焼いていただきました。▼5 時半からは、獅子舞が各家庭を回り無病息災、五穀豊穡を祈願しました。



交通安全協会山辺里支会

一般役員を募集します



交通安全協会山辺里支会は、山辺里地区に住む人の安全・安心のため、交通安全をすすめる活動をしているボランティア団体です。

平成 28 年度までは、「集落選出役員」、「婦人部」、「母の会」で構成された組織でした。しかし、各集落に婦人部が無くなってきていることや女性に限定した名称を使用していたため、婦人部と母の会を「一般役員」として名称変更し、改めてメンバーを募集することにしました。

あなたも地域の安全・安心を守る「交通安全協会山辺里支会」にぜひ参加してみませんか？

交通安全協会山辺里支会ってどんなことをする団体？

毎年、春と秋の交通安全週間の朝には当番制で、地区内の主要な交差点に立ち、子供たちの街頭指導を行っています。このほかにも道路標識や信号の設置などの要望や、看板設置などの啓発活動を行い、地区内の交通安全をすすめている団体です。

「集落選出役員」 各集落から 1 人、集落とのパイプ役として選出していただく役員

「一般役員」 会の趣旨に賛同する個人が、自主的に参画していただく役員

お申込み・お問い合わせ

村上市交通安全協会山辺里支会事務局(渡邊・川内)

(村上農村環境改善センター内)電話:53-2715



伊藤保健師の + 保健師通信 +

▼嬉しいご報告 ~血糖値について~▼

先日、門前の調理伝達に参加し、健康講話を行ってきました。みんなで楽しく栄養・運動・体の働きについて学べる素敵な1日でした。そこで糖の話をしたので、ここでもひとつ。

みなさん、「Hb(ヘモグロビン)A1c」は覚えていますか？HbA1cは「2ヵ月間、血糖値をどれだけ上手にコントロールしたか」を見る指標です(詳しくは4月号を参照)。

実は山辺里地区、HbA1cの値が高い方の割合(表の緑色)が年々減少しています。特に今年度は、昨年よりも1.6%減少していました(市の集団健診より)。

この結果を見て、とても嬉しくなりました。このまま、糖と上手なお付き合いを続けていきましょう♪

5.4以下：コントロール達人♪

5.5~6.4：予防圏内！保健師にご相談ください。

6.5以上：一人で頑張らず、お医者さんに相談してみましょう！

メールの受信設定について

以前、メールでのご相談に対して、返信できないことがありました。メールで相談したい時は「@city.murakami.lg.jp」からメールを受信できるよう、携帯やパソコンの設定変更をお願いします。

山辺里地区担当 伊藤麻里(電話 53-2111 内線 263)

新生児訪問でお伺いした地区の赤ちゃんを紹介します。



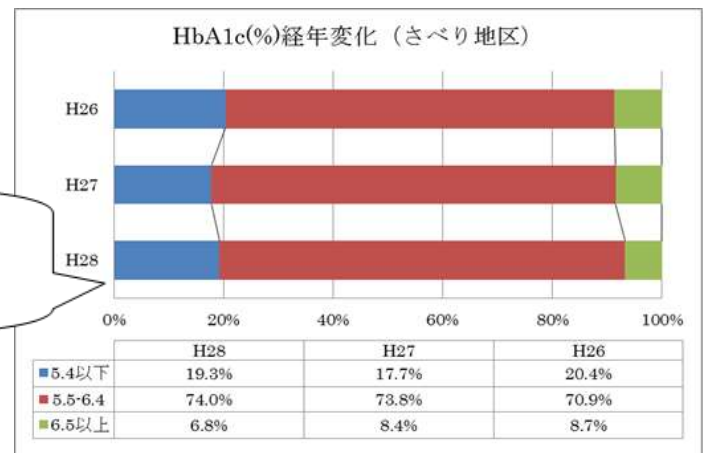
川村 真士(まなと) くん
【下山田】



川村 来愛(らいあ) くん
【下山田】



近藤 六花(りっか) ちゃん
【四日市】



健民少年団山辺里地区隊

スキー・スノーボード

交歓会

▼2月4日(土)、関川村のわかばな高原スキー場で「スキー・スノーボード交歓会」を行いました。▼今回の活動は、市内交歓会ということで、山辺里地区隊以外にも、村上・瀬波・上海府・岩船地区隊と一緒に活動しました。それぞれのグループに分かれて、スキー・スノーボードのスキルを磨きました。▼初めてスキーやスノーボードを体験した団員も午後には自分でリフトに乗って、滑れるようになりました。▼次の活動は、3月の「ふるさと体験 in 交流の館八幡」です。今年度最後の活動ですが、頑張りましょう！

▽今後の予定▽

- 2月21日(火) 新年度検討委員会(かんきょう)
- 19日(日) 山辺里地区バレーボール大会
- 22日(水) 新年度検討委員会(ちいき活性)
- 新年度検討委員会(つながる和)
- 23日(木) 新年度検討委員会(はっしん)
- 24日(金) } みぞづくり道場
- ~26日(日) }
- 3月12日(日) かんきょう講演会