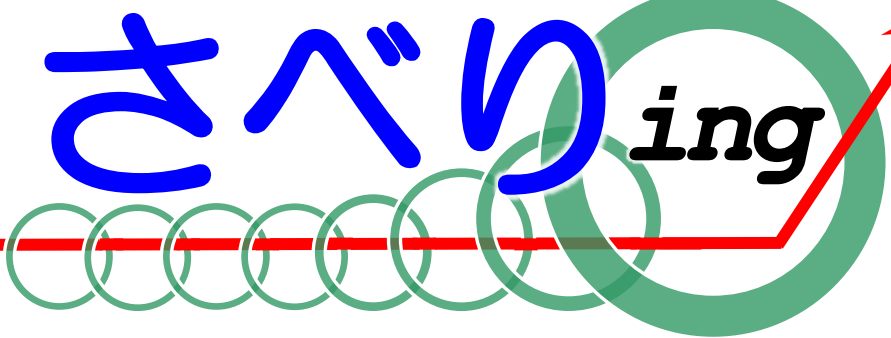




## ▼夏休みの思い出づくり▼

8月23日(火)夏休みこども教室 開催

▼山辺里地区まちづくり協議会では、小学生が夏休みの宿題をしたり、イスを作ったりして地域の人と一緒に過ごす「夏休みこども教室」を開催しました。この教室は、まちづくりサポーターや民生委員などが中心となり実施したもので、当日は、20人の小学生が参加しました。▼朝8時30分、集まった子どもたちはまず、自主学習を行い、その後、伊藤保健師から「眠りについて」のお話を聞きました。▼午前10時から、間伐材を使った木工教室「イスづくり」です。岩船北部林業振興協議会の方の指導のもと、スタッフと共に金づちと釘を使ってイスを作りました。なかなかうまく刺さらない釘に、悪戦苦闘しながらも出来上がったイスは、金づちの跡がついたり、釘の打ち損じの跡が残ったりしましたが、完成してみればとそれも一つの思い出のアクセント。お昼ごろには額に汗しながら塗料で仕上げた個性豊かな20脚のイスがみごとに完成しました。▼お楽しみの昼食では、サポーターの方々が心を込めて作ってくださったカレーをみんなでいただきました。そして締めくくりには、講師の方から森林の話や木材の話などを聞いて楽しい時間を過ごしました。



あられる緑 つながる和 生き活きさべり

# 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。報告いただいた内容を掲載しています

今年の夏も暑いぜ！

**天神岡 みんな集まれ「灯りの祭典」** 平成 28 年 7 月 30 日(土) ー天神岡ー113 人参加◎



▼子供達が夏休みに入った 7 月 30 日(土)、天神岡集落では「灯りの祭典」と題してイベントを行いました。▼集落内の沿道には区民から回収した「牛乳パックで作った灯籠の灯り」、公民館前のメイン会場には「竹に飾ったちょうちんの灯り」、「真夏のイルミネーションの灯り」、お寺境内では「竹灯籠の灯り」「紙コップ灯籠の灯り」「楽器のドラムの廃材を利用した灯り」等で楽しみました。▼また、子供達は「流しソーメン」や「縁日コーナー」で楽しい夏休みの思い出となりました。▼真夏の暑い日差しもすっかり夕闇につつまれるころ、様々な灯りに癒されながらビールも進み、盛り上がりも最高潮。▼更に公民館の障子戸に屋内からプロジェクターで投影した「日本の夜景・花火等の灯り」を外から鑑賞するサプライズも行い、楽しい夏祭りとなりました。

**山辺里 「納涼そうめん流し」** 平成 28 年 8 月 16 日(火) ー光徳寺ー290 人参加◎

▼当日は天候にも恵まれ、子供からお年寄りまで大勢の皆さんに参加いただきました。▼およそ 10m の竹樋には、流れてくるそうめんをすくって食べる人たちが、子供たちを中心に所狭しと並びます。準備したそうめんがあつという間になくなってしまふほどの大盛況。▼そうめん流しを楽しんだ後は、焼きそばやかき氷、飲み物が振る舞われると同時に、「大好き・さべりのすこやか体操」、「女声コーラスによる歌の発表」や大型スクリーンを使った「花火シアター」を楽しみ、集落内の親睦を深めました。



**レアな生き物をゲット！ 門前川調査隊** 平成 28 年 8 月 21 日(日) ー上相川、大関地内ー20 人参加



絶滅危惧種  
トゲソ

▼山辺里地区まちづくり協議会（かんきょう委員会）では山辺里地区を流れる河川の水生物を調査し、地域の自然や生き物について知識を深めてもらおうと「門前川調査隊」を開催しました。▼当日は、講師に「いわふね自然愛好会」の会員5名を迎え、小学生、保護者、協議会スタッフ総勢40名のメンバーで、大関、上相川地内の門前川を調査しました。▼タモを下流に設置し草陰を足で踏んだり、流れのある場所で大きめの石をずらすと、驚いた生き物がタモに入ります。30℃を超える暑さの中、小学生たちは「カニだ！」「でっけー魚入った！！」など、タモに入った生き物を見て、大喜びでした。▼捕まえた生き物は、バケツに入れて村上農村環境改善センターへ持ち帰ります。▼調べると絶滅危惧種に指定されているカジカやトゲソ、アユカケ、モノアラガイなどたくさんの貴重な生き物が門前川に生息していることが確認されました。

**耕雲寺開山禅師 600 回大遠忌文化事業** 平成 28 年 9 月 1 日～19 日 ー門前ー



▼今年は、山辺里地区のお宝「耕雲寺」の初代住職となった梅山聞本（ばいざんもんぼん）大和尚が亡くなられてからちょうど600年にあたります。▼この節目の年に、お寺関係者らによる「耕雲寺開山忌文化事業実行委員会」が組織され、おしゃぎり会館での「耕雲寺宝物特別展」（19日まで開催）のほか、耕雲寺では佐渡の人形浄瑠璃「猿八座」の公演や書林会の書道展、フリーマーケットなどを開催しました。▼なかでも6日、7日の法要に併せて行われた、人形浄瑠璃の公演では、県内外から2日間で500人以上の方が耕雲寺を訪れ、厳かな雰囲気にもまれた本堂で演目に見入っていました。▼7日には、当協議会も耕雲寺境内にPRコーナーを設置。大好き・さべりの歌に併せて踊る「すこやか体操」を、来客者が急ぎょ踊り出す場面などもあったり、テントは和やかな雰囲気に包まれていました。



絢爛豪華な本堂で人形浄瑠璃を観覧する来場者



まちづくりのPRコーナーで来客者ど“すこやか体操”を踊りました。

# 伊藤保健師の

## 保健師通信

### ▼睡眠シリーズ② ～睡眠と体内時計～▼

▼9月に入り「秋の夜長」と言われるように、夜が過ごしやすい季節となりました。今回は「概日（がいじつ）リズム」についてお伝えします。▼**体には自分でリズムを刻む機能があります。**その1つが一般的に「体内時計」といわれている「概日（がいじつ）リズム」です。人間の概日リズムの周期は25時間なので、毎日リセットしないとどんどんずれていきます。きちんとリセットできないと昼間に眠くなったり、夜に目が冴えてしまいます。では、どうやってリセットするのでしょうか。▼その**リズムを調整する役割を担うのが「光」**です。毎朝光を浴びることで、リズムがリセットされ、24時間の世界に対応することができます。▼実はこのリズム、脳で刻まれています。光を浴びると脳で何が起きているのか・・・その理由は来月号で！ お楽しみに♪

次に目が覚めたらしっかり太陽を浴びて、体内時計を整えましょう。

新生児訪問でお伺いした地区の赤ちゃんを紹介します。



池田 朱璃（あかり）ちゃん  
（日下）



二ノ瀬 藍琉（あいる）くん  
（門前）



山田 莉万（りま）ちゃん  
（門前）



山辺里地区担当 伊藤 麻里  
（電話 53-2111 内線 263）

# 熱闘！ 山辺里地区野球大会

山辺里地区まちづくり協議会（ふれあい委員会）が主催する、山辺里地区野球大会が、8月15日（月）天神岡市営球場で開催されました。当日は山辺里、四日市、下相川、上山田の4チームが参加。▼特に「打ってヨシ、守ってヨシ」と、頑張ってプレーしていたのは、村上東中学校の生徒。礼儀正しくバットなどの用具の片付けをしながらも中学生らしいきびきびとしたプレーに、ほかのチームも感心。▼激戦の末、優勝カップを勝ち取ったのは、「山辺里チーム」でした。おめでとうございます。来年の再会を誓い合い、大会は幕を閉じました。



試合結果  
優勝：山辺里  
準優勝：下相川



優勝した山辺里チームの皆さんで記念写真

### ▽今後の予定▽

- 9月20日（火）文化祭実行委員会
- 23日（金）ふれあい委員会
- 29日（木）放課後子ども教室

### まちづくり協議会からのお知らせ

#### 【山辺里地区文化祭】

今年も山辺里小学校と共催で「山辺里地区文化祭」を開催します。後日、あらためて、作品、芸能発表の募集や農産物の提供などをお願いしますが、お早めに準備をお願いします。

◇日時：平成28年11月6日（日）

午前9時から午後2時30分まで

◇会場：山辺里小学校・村上農村環境改善センター

※文化祭実行委員会で詳細を決定し、10月1日号の広報配布日に作品募集等についてお知らせします。

#### 【草刈りボランティアを募集します】

平成26年に、当時の山辺里小学校4年生から6年生が、岩船郡林業振興祭で植樹した、樹木周辺を草刈りして下さるボランティアを募集します！「あふれる緑」を夢見て植樹した地域の子どものたちの夢を、地域でサポートしましょう！

◇日時：平成28年10月2日（日）

午前6時～（40分程度）

◇集合：農協前河川敷（門前川河川敷公園）

◇持ち物：草刈り機

#### 【さべりフォトコンテスト作品募集中】

山辺里地区の魅力を皆さんで発掘しましょう！締切は10月7日（金）です。ご応募お忘れなく！