



▼第 22 回 山辺里地区グラウンドゴルフ大会▼

▼山辺里地区まちづくり協議会が主催する、第22回山辺里地区グラウンドゴルフ大会が、7月2日(日)門前川河川敷で開催されました。今大会では全25チーム約150名がプレーしました。また、珍プレー好プレーも飛び出し集落はもとより地区全体の交流を深めることができたのではないのでしょうか。▼今年も、公民館長はじめ多くの方々に運営にご協力いただき盛会のうちに終えることが出来ました。大変ありがとうございました。

◆大会成績◆

●団体の部

優勝

山辺里チーム

準優勝

鋳物師チーム

第3位

菅沼チーム

●個人の部

優勝

関根龍雄さん(仲間町)

田村善浩さん(鋳物師)

第3位

伊藤俊輔さん(山辺里)

大滝一夫さん(下相川)

吉田俊治さん(日下)

瀬賀康弘さん(菅沼)

さべりing



あふれる緑 つながる和 生き生きさべり

特集

—災害への対応を考える—

～山辺里地区区長会 視察研修を終えて～

6月24、25日、1泊2日の日程で宮城県南三陸町、石巻方面に研修視察に行ってきました。実に4年ぶりの視察研修です。

目的は、11年前の東日本大震災以降、復興の様子を見て、直接被災者の語り部の方に当時の状況をお聞きすることにありました。

初日は登米市にある宮城の明治村などを見学し、その中のひとつ教育資料館〔旧登米高等尋常小学校校舎〕は明治21年に建てられた当時としては珍しい洋風の校舎で、その設計者は山添喜三郎氏という新潟県人である事を知り、誇らしく思うと共に感銘を受けました。古い町並みは保存状態もよく、行政、そして地域の方々の保存、伝承の熱意が感じられました。

宿泊先は、震災時、道路は寸断され、孤立したホテルで自らも被災しながら泊り客のほか、350名もの避難者を受け入れ、食事の提供など道路復旧後も数ヶ月に渡り避難者を支え続けた有名な女将のいるホテル観洋です。残念ながら、その名物女将には直接お話をお聞きすることは出来ませんでした。翌日、ホテルを出発の際には暖かいお見送りを頂きました。



旧登米高等尋常小学校教室



3時37分で止まった時計

2日目は、今回の研修目的である、津波で74名もの児童と教職員10名が犠牲となった旧大川小学校です。

駐車場に降り立った時は、町並みがあつたという周辺は、跡形も無く整備され、古い校舎があるだけで当時をうかがい知る事は出来ませんが、一歩踏み込むと津波でねじ倒された渡り廊下の太いコンクリート柱、砕け散った窓ガラス、むき出しの鉄筋、津波が襲った3時37分で止まった時計など徐々に悲惨な状況が感じられます。

語り部の佐藤氏は当時六年生だった愛娘さんを亡くされた方で、この日は中学校に進学する為に制服のサイズ合わせの日だったこと、わが子の変

わり果てた様子を見た時の状況など、胸の締め付けられる思いでお聞きしたのは私だけではないと思います。

まだ行方不明の子を捜索し続けている方も居られ、捜索中に発見した展示品に、ひらがなで名前の書いてある文房具、ランドセルを見たときは涙を禁じ得ませんでした。

淡々と当時の話をされていましたが、愛する家族を失った人達は何十年経っても、あの日の3時37分で心の時計は止まっているんだろうと思いました。

「子供たちはすぐ裏の山に避難すれば助かった。裏山に避難する時間は充分にあった。」

私達も2、3分でその裏山に実際に登ってみて、助けられた命を思うと、その言葉の中にある悔しさ、無念さが理解できたのです。

被災地の復興は進んでいるように見えますが、被災者の心の傷は癒されることはないと思いました。



校舎前で当時の状況説明を受ける



野外ステージの壁画：「未来を拓く」は校歌のタイトル

異常気象で全国的に災害が発生しています。

私達もいつ災害に遭遇するかわかりません。

その時、いかに迅速に的確な判断が必要かを考えさせられる本当に有意義な視察研修だったと思います。

今、旧大川小学校は石巻市震災遺構として保存されています。

皆様も一度訪れてみては如何でしょうか。

大切な人の命を守るために何をすべきか、答えを見出すきっかけに……



～さべいのけしき・ひと・できごと～



発掘・発信部会では、山辺里地区の魅力や旬な話題をシリーズで紹介していきます

～ 夏越祓(なごしのはらい)と茅の輪くぐり ～

無事の半年に感謝し、あとの半年の無事を祈る

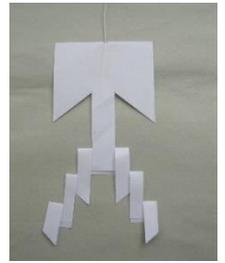
早いものでもう半年が過ぎました。一年の前半(6月30日)に夏越祓をして身を清め、この半年の無事に感謝するとともに、あとの半年も無事に過ごせますように祈願する行事が日本の各地で行われてきました。山辺里集落の船魂十二所神社でも、昔からこの行事が行われており、現在も続いています。具体的には、氏子のみなさんは、宮司からいただいた人形★(ひとがた)に名前と祈願すること(家内安全、身体堅固・・・)を書き、神社にお参りする前に境内の萱(かや)で作った大きな「茅の輪」(ちのわ)を3回ほどくぐり、無病息災、家内安全等々を祈願します。その後、各人は神社をお参りし、作った人形を神社に奉納します。帰りには、小さな茅の輪(いわばレプリカ)やお札などをいただきます。ただし、今年は事情により茅の輪を作ることができず、茅の輪くぐりはとりやめたとのことです。

実りの秋を前にして、稲や森林などすべての草木は、最も緑が濃く、エネルギーを樹体に十分ため込んでいます。一年中で、最も緑豊かで、最も力強く、最も美しい季節です。草木に負けないようあと半年、元気に頑張りましょう。



★人形(ひとがた)

祓をする時に人間の代わりとして使うものと言われていいます。船魂十二所神社では、写真のような紙で切ったものを、これで身体を撫でたり、息を吹きかけて諸々の罪等を人形に移しわが身の代わりに清めてもらおうとするものです。



まちカフェ OPEN

6月30日(金)第1回目のまちカフェがOPENしました。

当日は、多くの地域の皆さんにお集まりいただき、お茶菓子を食べながら和やかにおしゃべりをしたり、ギターを生演奏に合わせて歌ったり、普段とは違う時間を過ごすことができました。次回開催は「さべりing」でお知らせします。みなさまお誘いあわせのうえお気軽にお立ち寄りください。



互近所フラワー



皆さんこんにちは！「むらかみ互近所ささえ～る隊」です。

皆さん、互近所フラワー(このマーク)をご存知ですか？互近所ささえ～る隊をPRしようと平成30年に小学生がデザインしたロゴマークです。5つの花びらは合併前の市町村を表しています。誰もが暮らしやすい山辺里地区であり続けるために、標語にあるように「おたがいさま」の気持ちや何気ない行動を、若い世代や未来を担う子どもたちに引き継ぐことが大切だと感じています。

今年も夏休みには、「互近所フラワー」を題材にして、子どもたちと一緒に「おたがいさま」を考える機会を計画しています！また、小学校の児童に向けて動画を配信する予定です。ご協力をお願いいたします。

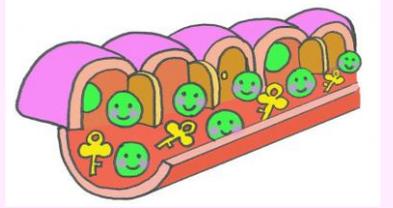


山辺里地区隊員
中村行善さん

大田保健師の +保健師通信+

山辺里地区のみなさん、こんにちは。前回「山辺里地区は血糖値がやや高めの方が多し」ことや、「インスリンが分泌されにくいいため血糖値が高い方が多し」ことを紹介しましたね。今回は前回の続きとして、インスリンの働きについて紹介します。

食事から得られた糖は血液の中を流れ、全身の細胞にたどり着き、身体を動かすエネルギーとして使われます。インスリンは細胞のドアを開ける鍵のような役割を果たしており、糖を細胞に取り込み、エネルギーとして使えるよう、手助けをしてくれます。インスリンの働きにより糖がエネルギーとして使われることで、血液中の糖はあふれることなく一定の濃度に保たれます。



インスリン(鍵)が不足して、糖が細胞の中に上手く取り込まれない状態を「**インスリン分泌低下**」と言い、山辺里地区の方に多かったのがこのタイプです。
☆おさらい☆ 原因：遺伝、加齢、膵臓の病気や疲労

インスリン(鍵)はあっても、細胞のドアの立て付けが悪く開きにくいため、効率良く糖が取り込まれない状態を「**インスリン抵抗性**」と言います。

☆おさらい☆ 原因：肥満、食べ過ぎ、運動不足



健診の結果、血糖値が心配だった方はいますか？ご自身の中で、血糖値が上がった原因は思い当たりましたか？遺伝や加齢は変えられませんが、肥満や食べ過ぎ、運動不足など、変えられる生活習慣を見直して、インスリンと上手く付き合い、糖尿病を予防しましょう。

イラスト・出典：国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター



志田 蓮音(れおん)くん
=四日市=



加藤 桐乃(きりの)ちゃん
=山辺里=



稲葉 悠乃(ゆの)くん
=山辺里=



太田 華暖(かのん)ちゃん
=山辺里=



田沢 美祈(みのり)ちゃん
=四日市=



新生児訪問でお伺いした地区の赤ちゃんをご紹介します。



村上市保健医療課 健康支援室 山辺里地区担当保健師 大田小熙(おおたさき) TEL:53-2111【内線 2441】

▽今後の予定▽

7月18日(火) 安全安心・発掘発信部会
7月26日(水) 盆踊り練習会
8月 1日(火) 野球大会代表者会議

7月21日(金) 野球大会申込しめきり
7月27日(木) まち協全体会議