

# やまのうち通信

## 第142号

平成31年2月20日

山内自治振興センター  
庄原市山内町 813-4  
Tel・FAX (0824) 74-0451  
✉ yamanouchi.jichi@gmail.com

毎日一歩ずつ前進するように  
頑張る続けるだけだ  
そうだ一歩ずつだ  
マイルス・デイヴィス

## 竹 パウダー News 「大阪の米コンテストで準優勝！！」

### 決勝進出米6品

- |              |       |
|--------------|-------|
| ○長野県 「コシヒカリ」 | 水野 尚哉 |
| ○静岡県 「コシヒカリ」 | 遠藤 博雄 |
| ○岐阜県 「コシヒカリ」 | 小松 隆一 |
| ○茨城県 「コシヒカリ」 | 寺門 安男 |
| ○広島県 「あきさかり」 | 花房 豊  |
| ○長野県 「コシヒカリ」 | 沼田 浩徳 |



里山の夢が「第8回大阪府民のいっちゃんうまい米コンテスト」で全国から応募のあった282点の中から、決勝大会（上位6点）に本郷町花房豊さんのあきさかりが残り、1月20日に大阪ガスショールームハグミュージアム（大阪市）にて最終審査が行われました。本大会には第1回大会より参加し、第2回大会で総合最優秀賞を受賞し日本一になりました。以後6年連続上位入賞しており、この度2回目の日本一



を目指しました。審査員にはお米のプロの五つ星マイスター5名、料亭の料理長等特別審査員3名、来場された一般審査員10名で試食審査が行われ、香り・甘み・のどごし等の審査項目で総合評価が行われました。その結果、総合最優秀賞である日本一は、わずか2点の僅差で逃しましたが、**準優勝に当る「部門最優秀賞」を受賞**することができました！！。応援ありがとうございました。

今後も消費者の皆様喜んでいただける安心・安全で美味しいお米づくりに生産者全員で取り組んでいきます。

地域マネージャー 松田一馬

## 大下自治会「第31回新春健康マラソン大会」を開催！！



3歳の幼児から最高齢は80歳までの24人参加のもと、今年一年の健康を祈念しながら楽しく健脚を競い、地域の絆を深める時間となりました。

大下自治会 石田英二

大下自治会では、さる2月10日（日）新春マラソン大会を開催しました。立春を過ぎたとはいえ寒風の中、大下地区内1.6kmを完走されました。この行事は、昭和62年から続けており、今年で31回目となります。



↑ 初優勝した藤谷優澄くん（6歳）

自分の人生の最期について、考えたことがありますか？

「終活:自らの人生の終わりに向けた活動」,「2010年の流行語大賞にノミネートされたことをきっかけに関心が高まり,死後に向けた事前準備だけではなく,「人生の終焉について考える事によって,今をよりよく生きるための活動」というポジティブ(肯定的,前向き)な意味で広がりを見せています。

この活動に決められた内容や順序はありません。①エンディングノートを書く ②葬儀の準備(葬儀社など,生前契約,遺影の撮影等) ③お墓の準備 ④遺言書を書く ⑤身の回りの整理(生前整理)等も終活のひとつです。

「エンディングノート」は,自分の終末期や死後に備えて,遺される身近な人に伝えておきたい希望や情報を書き留めておくもので,最近では,さまざまな種類のもので書店等でも購入できます。

また,庄原市では,庄原版終活ノート「いきかたノート」を作成されています。いきかたには「生き方」「逝き方」の意味が含まれ,家族や身近な人と思いを共有できるノートとして作成されています。この「いきかたノート」は繊細な事柄も含まれることから,必ず詳しい説明を聴いていただいた上でお渡しすることとされ,地域のサロン等の集まりの場での「出前トーク」(市役所)による講座を受けて頂けるよう準備がすすめられています。

終活を始める時期に早すぎることはありません。いつか訪れる自らの最期と向き合い,自分らしくどのような最期を迎えたいかを考え,限りある時間を有意義に過ごそうという気持ちが高まり,より充実した毎日(人生)を送ることができればと思います。前向きな毎日のために,自らのエンディングと向き合うことも大切なのかもしれません。

相扶の郷居宅介護支援事業所 ケアマネジャー 長瀬 並



## 山内地区女性会総会のご案内

日時：平成31年3月16日(土)午前9:00~

場所：山内自治振興センター 2F 会議室

総会后に「スイス村の設立について」の講演もあります。(講師：スイス村 代表 木原信行様)

※スイス村は,不登校児童や引きこもりの子どもを全寮制で引き受けしているフリースクールです。



## 3月の予定

- 11日 老人クラブ
- 12日 ふれあい給食
- 20日 自治会長会
- 26日 ふれあい給食



## 2月環境パトロール

2月2日(土)実施



右から,平世徹貴さん  
藤谷義興さん,石田英一さん

## 山内自治振興センター利用時のお願い

- 利用した際は必ず使用簿に記入してください。
  - 利用の際に持ち込まれたものは,すべてお持ち帰りください。(ゴミは各自お持ち帰りください。)
  - 明らかに利用者の利用で汚れた場合は,必ず掃除をしてお帰りください。
- 公共の建物です。マナーを守って利用してください。



# おたがいさまネット



今年は例年になく雪のない冬を過ごしていますが、気温の寒暖差は大きく、日々の健康管理には気を付けていきましょう。

平成 23 年に取り組み始めた「おたがいさまネット」も 8 年目を迎えました。「一人暮らし高齢者等の見守りと、災害時の避難支援」を掲げた当初からの目的は、地域の高齢化の中で色あせることなく、ますます大切になっています。またこの間この取り組みで培われた住民どうしの「助け合い」「支え合い」による地域づくりは、サロン活動やシルバーリハビリ体操の普及、生活交通の検討等にも進み、一定の広がりも得てきました。

一方で各「おたがいさまネット」における関係者会議の開催、緊急連絡票の更新、避難訓練など基本的活動に於いては若干の停滞も見受けられますが、これからも「安心・安全」な地域作りのために、基本に立ち返って「おたがいさまネット」の取り組みを進めて行きたいと思えます。



山内自治振興区では現在、4 月から試験運行予定の市民タクシ-に付いて、各自治会から寄せられた利用者登録名簿の

取りまとめを行なっています。利用方法、料金(片道 700 円)、利用時間(概ね 9 時~14 時)等は 1 月に全戸配布した書面の通りですが、週 2 回の利用日についてはお知らせ出来ていませんでした。

これは土日を除いた月曜日~金曜日の5日間に、6 エリアごと各2回の運行日を割り振っていく上で、利用条件などから何らかの調整を要する為です。また決定した利用日が通院等に於いて、必ずしも希望通りにいかない場合もあるかと思われます。この点については利用される皆様のご理解・ご協力を特にお願ひするところです。



利用登録者の皆様には各エリアの運行日が決定次第、書面で利用内容と共にお知らせしますのでよろしくお願ひ致します。

地域マネージャー 三上智道



## 「市ロビーで狼煙写真展が開催されました」

昨年、11 月 23 日に行われた狼煙リレーの写真展が 2 月 5 日~2 月 10 日の期間で庄原市役所ロビーにて開催されました。

甲山城で上げた狼煙の写真や甲山城から見えた他所の狼煙写真、甲山城祭りの様子等を掲載しています。写真展から持ち帰った写真は山内自治振興センターに展示しておりますのでご覧ください。



## 男性料理教室 2月7日 参加者 9 名



- ・魚介のカレー
- ・油淋鶏 (ユーリンチー)
- ・冬野菜のサラダ
- ・シリアルバー



美味しく  
できました♪

## 新春囲碁大会

1 月 26 日 (土) 開催されました。

おめでとう!

<結果>

優勝

廣安優さん

準優勝

上藤聡さん

三位

榎木満徳さん



# 写真投稿① 無病息災を願って「とんどを行いました！」



日向自治会1月13日(日)  
天候に恵まれた暖かい1日でした。総勢80名が参加して賑やかに行われ、地域の親睦が深まりました！

## ↓高茂自治会1月13日(日) 総勢50名が参加しました！



朝9時より自治会役員を中心に準備を行い昼1時に今年の年男、年女、4名の代表者で点火をしました。火が落ち着いたところで、竹に挟んだお餅や猪肉を焼き、お神酒もふるまわれて今年も無病息災、豊作を祈り、有意義な1日となりました。

## 写真投稿② 日向自治会女性部「健康講座を開催しました！」



2月11日に、特別養護老人ホームハピネスタウン山口管理栄養士様による「生活習慣予防のための食生活」講座を開催しました。1時間程度の講座では自分自身の食生活のチェック等見直しを行いました。その後に健康体操を行い、昼食後はお互いの近況報告や楽しい会話で親睦を深めました。



写真投稿ありがとうございました！