

# やまのうち通信



## 第 161 号

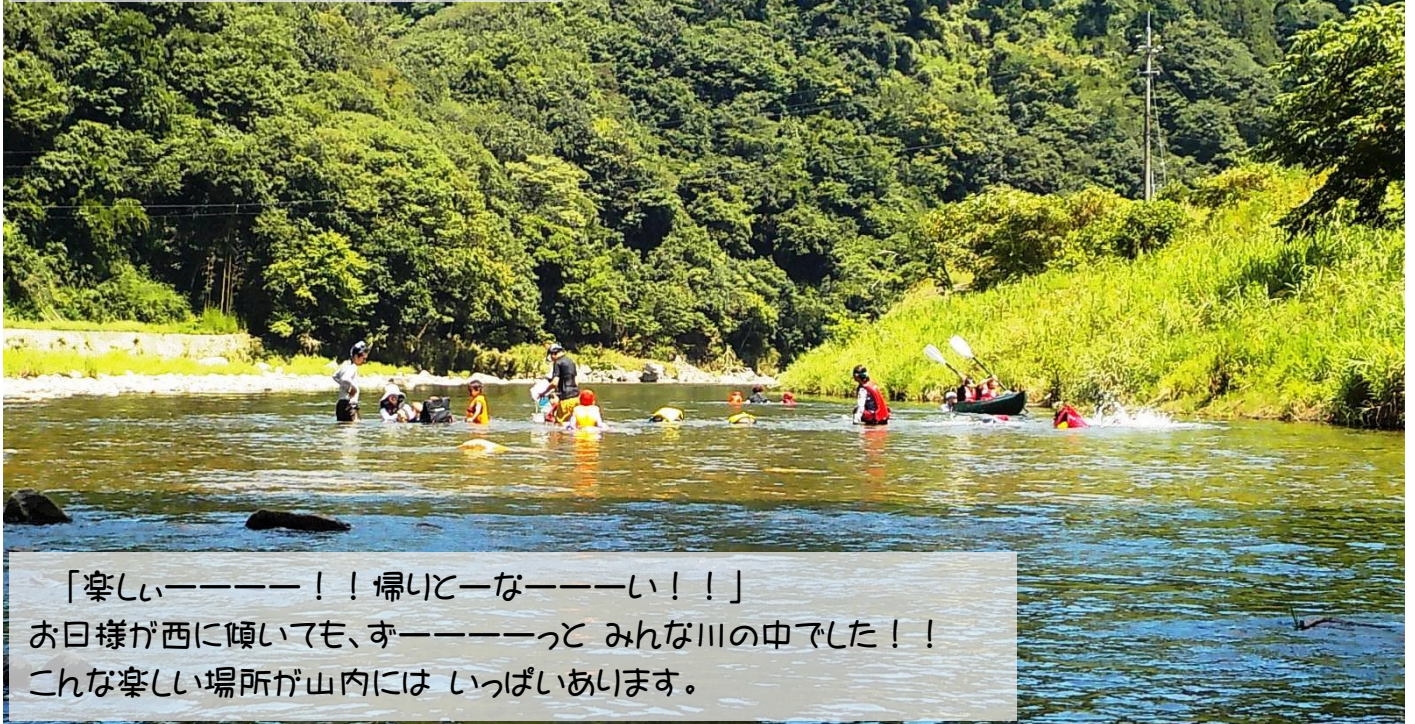
令和 2 年 9 月 20 日

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

一切の人生の果実は、  
その人が蒔いた種子の  
通り表現してくる  
—中村天風—

## 「定住促進プロジェクト(空き家活用)だより」その①

### 【ねきの野山が おもしろい!!】



「楽しい————!! 帰りと—な————い!!」  
お日様が西に傾いても、ず————と みんな川の中でした!!  
こんな楽しい場所が山内には いっぱいあります。

第 1 回 山内の魅力再発見 『ねきの野山がおもしろい!!』は西城川に行きました。  
『ねき』はご存知の通りですが「ねきに よりんさい」若い方々には「駅に寄りんさい」と聞こえるようです。漢字で書くと『根際』，そばとか近くの意味ですね。こんな時だからこそ『ねき』で遊んで山内再発見です。

今回は移住して来られる 2 家族の子どもさんやお家の方々，移住先の近所の子どものさんやお家の方々総勢 4 2 名参加下さいました。

ゴリンチョ(ヨシノボリ)やハヤの子をすくったり，川の中の石をめくってザザムシ(カワゲラの幼虫)を探したり，お昼になっても みんなみんな川の中♪

「お腹がすいたー!!」と絶叫!!ん?なんと岸辺のお母さんたち，我慢の限界だったようです(笑)

時間通りの生活ばかりしている子どもたち，たまにはトコトン心ゆくまで遊ばせてあげたいという思いもあり，お母さんたちには味噌汁作りの焚き木集めをお願いしました。「え———そこから?」という更なる絶叫は川に流させていただきますでしたが(笑)



ゴリンチョ(ヨシノボリ)



ザザムシ(トビケラの幼虫)

後日お手紙をいただきました。「ゴリンチョやザザムシの塩パラパラの素揚げ 本当に美味しかったです。また食べたいです。」と。いつもの夏のように引っ付きもっ付きできない特別な夏でしたが，ゴリンチョの卵を見つけたり，流れる川を上流に必死に泳いだり，カヌーに乗ったりと大切な夏の思い出となってくれていたら幸いです。

さぁ次はイナゴを食べて野草茶作って野山で一緒に遊びましょう。

以前、やまのうち通信で、実家の両親の事を書かせていただいた事がありますが、あれから5年経ちました。現在、母は度々骨折を繰り返したことで寝たきりとなり、療養型の病院に長期間入院しています。一方、父は一人暮らしとなり、今まで母の介護を行ってきた時と比べて自由な時間が多く持てるようになりました。

しかし、生活スタイルは5年前と変わらず、とても規則正しい生活を送っています。

朝は6時前に起き、神棚・仏壇の掃除・お供えをして朝食。食後すぐ食器洗い、洗濯をし、掃除をします。その後、少し離れた畑に行きます。おむすびと副菜の残りを詰めたお弁当を持って行くこともしばしばです。採れた野菜は他の家族や近所に配っています。また、町内会のお世話や地元のサロンにも変わらず通っています。すき焼きのたれを使った煮物も健在です。そして22時には就寝します。母へのお見舞いは3日に1回は通っていましたが、今はコロナの影響で面会できない事が寂しいようです。

父や相談の仕事を通じて、たくさんの方々とお会いする中で、自分らしく健康に暮らすための大切なポイントが見えてくるような気がします。



### 健康に暮らすための大切なポイント

- 規則正しい生活と適度な運動をすること
- 他の方々と会う等、適度な緊張を保つこと
- 今までやったことがない事でも挑戦すること

元々、無口であり話す方ではなく、外交的な事は母任せで、1日中外出しなくても平気な人でした。また大きな病気に罹り、2度手術も行っていたため、娘から見ているにもかかわらずここまで元気な生活を送れている事はとても喜ばしく思っています。

日本人の健康寿命（日常的・継続的な医療・介護に依存しないで、自分の心身で生命維持し、自立した生活ができる生存期間のこと）は男性72.14歳、女性74.79歳（いずれも2018年統計）と言われます。健康で長生きしたいという願いを叶えるための「暮らし方」を自分なりに考えてみるのもよいように思います。

老人介護支援センター相扶園 正畑 知里

## 環境パトロール隊



きれいにしてくださりありがとうございます！



9月実施  
(右から) 吉原孝文さん・平世巖貴さん・宗近久雄さん



8月実施  
(右から) 松村修治さん・畠田憲一さん・児玉祥功さん

## 「山内ふるさと祭り開催中止のお知らせ」

ふるさと祭り実行委員である各団体の皆様へ、「ふるさと祭り開催についてのアンケート」調査を行いました。アンケートの結果、今年度のふるさと祭りの開催を中止することが決定いたしました。今後も新型コロナウイルス感染拡大防止に努めるとともに、安心してふるさと祭りを開催できる環境が整うことを願っています。

ふるさと祭り実行委員会

# おたがいさまネット

「災害時の避難行動について」

今月6日～7日にかけて接近した台風10号は、その勢力と大きさから、この地方でも暴風警報が発令されるなど、影響が大変心配されました。暴風雨圏に入った九州各地では風や雨によって被害が出て、多くの方が避難所に身を寄せました。庄原市では最接近前の6日午後3時、市内各自治振興センターに避難所が開設されて、早めの自主避難が呼びかけられましたが、山内自治振興センターへの避難者はありませんでした。今回は被害を免れましたが、九州地方の被害・避難状況から様々な課題が見えてきました。

そのひとつがコロナ禍での避難所運営です。今回多くの避難所で感染防止のために収容人数を減らしたことで、避難所に入れず別の避難所に移動を余儀なくされた事例が続出したと報道されました。本当に危険が迫っているときは収容人数を超えても避難が優先されるべきと思いますが、そのような事態を回避するために、各避難所の収容能力や設備の把握、親戚・知人宅や車などへ分散避難した場合の連絡体制などを平時より整備しておくことが大切です。



次に台風に向けての避難行動・安全対策についてです。今回のように暴風警報が出るような場合は風が強まってからの移動や屋外活動をすることはかえって危険です。台風の場合、その勢力や進路予報からもたらされる情報と「にらめっこ」して避難が遅れることがあります。情報を得るだけでは身を守れません。大雨暴風警報の場合など早めの避難や安全対策が望まれます。



三つ目は台風による停電の影響です。この度の台風で九州地方を中心に大規模な停電が発生し、猛暑の最中でエアコンや扇風機が使えず、熱中症が心配されました。庄原市の場合気を付けることは、停電中は警報発令などを伝える「告知端末放送」が使えなくなることです。情報伝達は広報車や電話でも行なわれますが、住民各戸に確実に情報が伝わるためにも、自治会ごとの連絡網を整備しておくことはとても大切だと感じました。

近年日本では、近海の海水表面温度が高く、南で発生した台風が発達しながら接近・上陸して、各地で大きな被害が出ています。台風シーズンはまだ続きます。台風による風や雨の音を聞くと誰でも不安になりますが、お互いに声を掛け合って、命を守る早めの行動を心掛けましょう。 地域マネージャー 三上智道

## 10月の予定

13日 ふれあい給食  
20日 自治会長会  
27日 ふれあい給食  
※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、中止となることがあります。



## おくりもの

◆香典返し

8/8～9/11

水越町 川本春夫様 (故 スエコ様)

水越町 重永興世様 (故 和宏様)

山内町 宗清忠義様 (故 イトエ様)

平和町 寺西賢悟様 (故 光男様)

山内町 近保登美章様 (故 綾夫様)

ご芳志ありがとうございました。ご趣旨を大切に地域の社会福祉増進及び地域振興の資金として、活用させていただきます。



山内地区社会福祉協議会



## 男性料理教室

9月3日実施 6名参加



・さばのケチャップ煮

・茄子とピーマンの

みそ炒め

・冬瓜のスープ

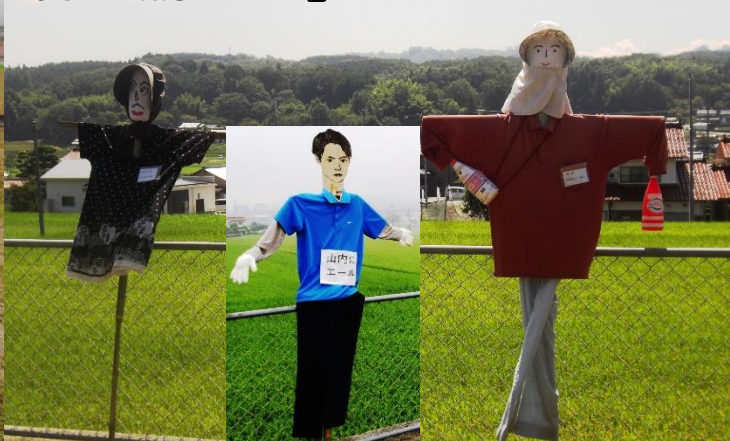


美味しい～♪

写真投稿



# 行里自治会「コロナに打ち勝つ!!」



この時期コロナウイルス対策の為、皆で集まって何かを行ったり、談笑することも難しくなっています。さて、我が山内は日本屈指のブランド米「里山の夢」の生産地です。作ったお米を守る方法として行里では案山子を作ってお米を見守っています。 行里サロン・恒輝青年団（老人会） 会長 谷本佑一

## 「山内自治振興センタートイレの改修のお知らせ」

山内自治振興センターのトイレは、公民館時代からほぼ改修されておらず、男女共用のトイレとなっており、特に最近の若い女性の方は使いづらいトイレとなっています。

実際3年位前、先に共用トイレに入っていた女性が、後から男性が入ってきたため男性がいなくなるまでトイレから出られなくなるという事態も起きてしまいました。そのことを市へ訴えたところ、同様の自治振興センターも多数あることから、全部の自治振興センターのトイレを改修していただくこととなりました。

今年度は、山内自治振興区の順番で、一階と二階に男女別々のトイレを設置していただくこととなりました。

9月下旬から10月上旬ごろに工事に入る予定です。工事期間中は館内に3か所あるトイレが一つずつ順番に使えなくなりご不便をおかけすることとなります。

皆様のご理解とご協力をいただきますようよろしくお願いいたします。



## 「定住促進プロジェクト(空き家活用)だより」その②

### ●山内小学校と保育所に山内青空博物館を作っていました!



今年は地域の皆様が毎年参加されてきた区民運動会も中止となりました。そんな中、地域の皆様から「こんな生きもんがおったけえ、子どもたちに見しちゃってえや」という声を聞きます。何かつながり、想いを馳せることはできないか?と考え、この度、山内小学校と山内保育所の一角にテーブル一つの『山内青空博物館』を作っていました。

先生方に負担のかからないよう簡単な説明文を添えて、地域の皆さんが持参・回収いただける物を届けませんか? (例えば、地域の珍しい動植物や古い民具・農具等) 届けたい物がある際は、山内自治振興センターへご一報ください。お手伝いいたします。

これからも地域の皆様方のご支援ご協力を何卒よろしくお願いいたします。

地域マネージャー 藤田典久・寺西玉実