

やまのうち通信



第 180 号

令和 4 年 4 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



↑フェイスブック
QRコード



YAMANOUCHIJICHISHINKOKU

↑インスタグラム
QRコード

山内地区戦没者慰霊祭 4月5日(火)10時



山内護国神社の慰霊祭にあたり、過去幾多の戦争により尊い命を失われました山内地区出身の戦没者 194 名の御霊に対し、謹んで哀悼の誠を捧げます。

皆様方は、遠くふる里を離れ、苛烈を極めた戦闘の中で傷つき斃れた皆様、さらに、内地においても、原子爆弾等により、尊い命を失われた方々であります。皆様方は、祖国の行末を案じ、ふる里山内や家族に想いを馳せながらも、二度と郷土の土を踏みしめることが出来なかった、そのご無念を察しますとき、誠に痛惜の念に堪えません。

また、ご遺族の皆様には、決して癒されることのない深い悲しみを抱えながらも、力強く生き抜かれ、郷土の発展のためにご尽力を賜りましたことに対し、深く敬意と感謝を表します。山内地区では、皆様方の尊い犠牲を無駄にすることなく、御霊の安からんことと不戦の誓いを表すため、地区民総意を挙げて、この山王の地に、他の地域では例の少ない、護国神社を建立し、今日に至っております。

終戦から 77 年を迎えますが、悲惨な戦争の歴史を二度と繰り返さないため、その記憶を風化させることなく未来へと語り継ぐことが、今生きている私たちに課せられた使命だと思っています。他方、世界では、ウクライナに対する軍事侵攻が現実のものとなり、無差別に多くの犠牲者や施設の破壊が行われるなど、目を覆いたくなる映像が、毎日映し出されております。理由の如何を問わず、武力行使の暴挙を改め、1 日も早い停戦と平和的解決を強く求めるものです。平和を希求する心は、全人類、国境を越えた願望であると思います。

この慰霊祭にあたり、戦没された方々の、祖国の平和と発展への熱い思いを改めて深く心に刻むとともに、ここ山内の地から、声を大にして「不戦の誓い」と「世界恒久平和の実現」を強く訴えてまいります。

そして、今なお、感染拡大が続く新型コロナウイルス感染症を克服し、1 日も早く安心とにぎわいのある日常を取り戻し、すべての子供たちが夢と希望をもって未来を切り開いていける社会の実現を目指してまいります。終わりに、今一度、戦没者の御霊の安からんこととお祈り申し上げますとともに、ご遺族の皆様のご多幸とご健勝を祈念申し上げ追悼の言葉といたします。

感染予防ため、外出機会が減り、自宅の中で過ごす時間が長くなっておられる方も多いのではないかと思います。4月に入り、桜も満開。様々な花が色とりどりに咲き始め、「外出したいな」という思いが膨らんできました。

外に出ると、天気が良く気持ちも良いですが紫外線も気になりますよね。特に女性は紫外線を浴びることでシミやしわの原因にもなるので、紫外線予防にも意識されておられることと思います。日光浴には注意点もありますが、たくさんの効果があると言われます。今回は、その効果4つを紹介させていただきます。

1 骨を強くし、病気を予防する

日光浴をすることで、体内には骨を強くするビタミンDが生成されます。これは、太陽から作られる成分なので、太陽のビタミンとも呼ばれています。

また、このビタミンDが免疫力を向上させ、ガン発症抑制、糖尿病予防効果などが期待できると言われます。



2 皮膚疾患が改善する

日光浴をすることで乾癬やアトピー性皮膚炎などの皮膚病が改善するという専門医の報告があります。(理由：紫外線が皮膚の細胞繁殖抑制と免疫抑制効果をもたらす)

3 冷え性が改善する

太陽の光には赤外線も含まれているため、身体を温めてくれる効果もあります。血流を良くし、冷え性の改善に効果が期待できます。

4 幸せな気持ちになる

日光浴をすることでセロトニンという物質が生成されます。セロトニンは別名「幸せホルモン」と呼ばれていますので、これが体内に生成されると幸せな気持ちになる効果が期待できます。

日光浴は紫外線量の少ない午前中の早い時間に行うことがおすすめです。5分でも、10分でも日を浴びる時間を意識的に作り、日光浴を生活の中に取り入れてみてはいかがでしょうか。

一部抜粋・参考「銀の糸～日本人の知恵・知識」

相扶の郷居宅介護支援事業所 田中 優美

自治振興センターにて開催中の教室等をお知らせします

団体名称	部屋名	開催予定日時等
書道教室	講座室	第2・第4木曜日 13:30～15:30(変更の場合あり)
生花教室	調理室	毎月第3木曜日 14:00～(変更の場合あり)
洋裁教室	講座室	毎週火曜日 9:30～15:00(第5火曜と祝日はお休み)
健康体操	会議室	第1・第2・第4木曜日 10:00～12:00
手編み教室	和室	第2・第4金曜日 10:00～15:00
男性料理教室	調理室	第1木曜日 10:00～13:00(コロナの為休止中)
写団アルファー	和室	不定期
スエノブ音楽教室	和室	第3金曜日 9:00～12:00
3B体操	会議室	毎週月曜日 13:30～15:00
卓球クラブ	会議室	毎週火・土曜日 10:00～12:00
ヨガを楽しむ会	会議室	毎週木曜日(第5のみ休み) 13:00～14:30
ジャンプ(手芸等)	和室・講座室	第2・4水曜日 10:00～15:00



各教室で生徒さん募集中です！気になる教室があれば自治振興センターまでお問い合わせください

定住促進プロジェクト（空き家活用）だより

第3回山内リサイクルマーケット開催♪決定 4月29日～5月1日

10～15時

「ゆずったり」「ゆずられたり」の橋渡し

古民家を提供いただきましたお宅からの提供品が並びます。
 売上金は処分費を除き、元家主さんへ返金または山内小学校・保育所へ教育・保育支援金として寄付させていただきます。
 持ち帰りの用 袋・風呂敷・段ボールを一緒に持参くださいませ。

山内リサイクルマーケット3R
 Reduce (ゴミの削減)
 Reuse (再利用)
 Recycle (再資源)



田舎暮らし体験の家の名前や活用したいことなどを募集します♪



築150年の安原家(村上家)、移住下さっている7人家族の村上家は引き続き山内小学校・保育所に通われますが、この春から長男さんが三次市内の中学校と週4回の福山のサッカーチームに入団が決定し、三次と山内に住所を二分となりました。

定住対策チームの『どこか山内地域内で田舎暮らし体験ができる場所はないだろうか』と検討した結果、村上家の『両家の維持管理する時間』との活用内容が合致。この問題を解決するため、地域で有効利用できる方法、田舎暮らし体験の場としてお借りすることになりました。安原様、村上様ありがとうございます。



4月5月は
 野草の天ぷら作り

ご希望があれば、随時
 食べれる野草をお伝えします♪

今年度も地域の暮らしが楽しく豊かになりますように一生懸命尽力いたします。どうかご指導よろしく願いいたします。

地域マネージャー 藤田典久・寺西玉実

5月の予定



- 10日 ふれあい給食
- 20日 自治会長会
- 24日 ふれあい給食



※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、状況により中止となる場合があります。

おくりもの

3/12～4/11

◆香典返し

- 平和町 長重 義則様 (故 壽美子様)
- 山内町 長泉 進様 (故 弘之様)



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

おたがいさまネット

年度の始まりにあたり、今年も各自治会の関係者名簿が掲載します。ここに掲載されている方々は、日頃から地域住民がより良い生活を送るために、各々の役割を担って活動されている方々であり、「おたがいさまネット」の取り組みを進める地域メンバーでもあります。これらの方々に構成される「関係者会議」は見守りや地域の困りごと等について協議や情報交換をする場であり、自治会長を中心に運営されることになってはいますが、この間の取り組みを振り返って見ると、開催に至っていない地域も見受けられます。



令和4年度 各自治会関係者名簿 (敬称略)

自治会名	自治会長	民生委員	1人暮らし相談員	老人会
本郷	花房豊	福田秋美	堀江哲弘	近藤良人
殿垣内	松田一馬			松田昭吾
行里	長泉進	岡崎照昭	茶木満里子	谷本佑一
日向	横谷誠			杉山仁
隠地	國近浩二	金藤宏明	國利知史	廣畑トキエ
山王	松村修治			児玉祥功
開拓	百間不二夫	畠田憲一	吉原孝文	—
木戸	安藤優			藤岡辰彦
尾引	榎木成司	正長みどり	—	—
平田	長重元文	原田正幸	谷本和代	栗原和男
大下	稲田憲紀			—
高茂	三橋豊	三上智道	三橋寿子	末石明
表水越	金子久則	藤木邦明	藤木百合子	—
後水越	塚本邦彦		石原務	—

自治会長は行政末端の任務の他、自治振興区内の諸行事、災害時の避難対応等の諸任務を抱えており、また2年おきに交替する自治会もあります。替わるごとに地域の見守りや災害時の避難支援の取り組み状況が分かりにくくなることもあります。一方、民生委員、一人暮らし高齢者等巡回相談員は、日々の訪問や電話などによる声掛けで分かる高齢者の様子から、課題を見つけやすいといえます。課題を感じた関係者が自治会長に「関係者会議」の開催を働きかけていただけると会議開催の契機になると思います。地域の「安心・安全」は住民が連携して課題解決に取り組むことによって実現します。「おたがいさまネット」の取り組みにおいて「関係者会議」はその中心となる活動であり、活性化に向けて関係者の皆様のご理解・ご協力を重ねてお願いいたします。

地域マネージャー 三上智道



山内へようこそ！ 日向自治会長さんからの紹介です！

お家を新築して移住された2組のご家族のみなさんです。



山内のみなさん、お世話になります。昨年12月末より山内へ引っ越してきた増田です。子ども達がのびのびと遊べる環境、近くに奥さんの実家があり手を借りることができる安心感、そして豊かな自然景色に魅了され、こちらで家を建てることに決めました。地域の方も優しく、子どもたちを見守ってくださっており感謝しています。花を摘んだり虫を観察したり、毎日自然を堪能しております。綺麗な自然環境のなか子どもには心豊かに育ててほしいと願っています。地域の中でお世話になることも多いと思いますが、今後ともよろしくお祈りいたします。

広島市内から自然豊かな山内に引っ越して来ました本田です。私達夫婦と娘の3人家族です。どうぞよろしくお願いいたします。

地区は地域の活動を通じて、住民同士のコミュニケーションを大切にされていると聞いています。一日も早く地域に溶け込み、皆様と共に頑張っていきたいと思っています。娘は4月より山内小学校へ入学しました。町の中の小学校と違い少人数なので、子ども同士の繋がりも持てると期待しています。これから末永くよろしくお願いいたします。

