

やまのうち通信

第194号

その①

令和5年6月20日

山内自治振興センター
庄原市山内町 813-4

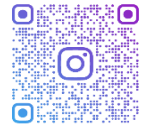
TEL・FAX (0824) 74-0451

✉ yamanouchi.jichi@gmail.com



↑ フェイスブック

QRコード



YAMANOUCHIJICHISHINKOUKU

↑ インスタグラム

QRコード

定住促進プロジェクト(空き家活用)だよ!



第11回

先人の知恵を未来につなぐ体験事業
古民家やまの家 皐月の暮らしごと

写真は5月14日の活動の様子です。

水に漬けておいた大豆を

① 石うすのメンテナンス ② 木綿の布でしぼり袋をぬう

③ つぶす



育てた大豆
大変身



すり鉢で

創業71年、山内のお豆腐屋さん「庄原タンパク」の国森さんご夫婦に豆腐作りを教えていただき、みんなで協力して作りました。

⑤ 木枠に入れ重しする ④ 煮詰める

石うす



ミキサーや
フードプロセッサーで



さまして にかいを入れる

大豆料理

おいしかったね♪
ごちそうさまでした♪

きな粉 豆腐汁 おからバーグ ゆば



次回は7月15日(土)竹を使った道具作りなど♪ 申し込み 山内自治センター(0824)74-0451

山内てごおし隊出動!!

新たに水越町から空き家提供のお話を頂きました。
母屋・牛小屋・蔵・味噌蔵のある大きなお家でしたが

3日間合計18時間、のべ33人出動いただき、終了しました。
尚、かかった諸経費ですが、ゴミ袋代・焼却処分費など1万円以下でした。(家電リサイクル料金は別途必要です。)
ゴミを資源に。利用可能な物品は再生・再使用を目的に右記の通り山内リサイクルマーケットを開催いたします。
空き家が開き家になりますように。



山内リサイクル
マーケット
6/30~
7/2
10時~15時
(山内自治センター
駐車場で)

先日、数年ぶりに弟が東京より帰省し、家族そろって食事や墓参り等、充実した時間をすごすことができました。広島県内あちこちへの長時間の車での移動でしたので、母の負担が心配していましたが、2日間を元気に過ごし、久しぶりに満面の笑顔と笑い声を聞くことができました。

最近、母は、家族の入院や自身の体調悪化が重なり、自宅にこもり、元気がなく過ごしていたのです。しかし、今回は疲れどころか、さらに翌日からも活発に過ごし、畑仕事を再開しました。この母の姿を見て、何だかこちらまで元気になったような気がしました。久しぶりに家族がそろったことがよかったのだと思いましたが、やはり2日間、いろいろな人と会い話をし、笑顔で過ごすことができたことが、心と体にとっても良い効果をもたらしたのだと実感できました。

皆さんは笑うことがもたらす効果をご存じでしょうか？具体的には以下の効果があると言われています。

- 1 笑いは免疫力を上げる
- 2 笑いは脳の活動を活発にする
- 3 笑いは自律神経を整える
- 4 笑うことで幸福感がアップする
- 5 笑顔で過ごせばコミュニケーション力がアップする
- 6 笑顔で過ごせば周りの人も笑顔になれる



ニコニコと笑顔でいると「あなたの事を受け入れますよ」というサインになりますから、相手にオープンな好印象を与えることで、皆と仲良くなるきっかけになりますし、笑いや笑顔は周囲に自然と広がっていくものです。そもそも人と「つながる」時間を過ごすことが笑顔を生む大切な条件です。

人生山あり谷ありです。辛いことも悲しいこともあり、笑ってばかりはいられないと思います。しかし、悲しい顔や無表情に過ごすより、少しでも笑って過ごすことが、自分の元気と健康、そして、家族やまわりの人達も、ちょっとだけ幸福にできるということかもしれません。笑顔って本当に大切です。

相扶の郷居宅介護支援事業所 鍋倉 謙二

第 56 回春の七塚原写生大会 入賞者発表



5月5日に開催した第56回写生大会の山内地区にお住まいの入賞者を発表します。

多くの方々のご参加とご協力に感謝いたします。入賞者は以下の通りです。みなさんおめでとうございます！

【庄原市 市長賞】 國末舞花（山内小1年生）

【広島みどり信用金庫 理事長賞】 伊藤千晴（山内小6年生）

【特選】 角谷浩規（一般） 【佳作】 堀江一太（山内小3年生） 角谷菜乃羽（山内小6年生）



アダプト活動始まる！

●いくつかの自治会で毎年アダプト活動に取り組んでいます。子どもの通学路などをきれいにするため、今年も活動が始まりました。6月、7月、8月、9月の年4回の草刈りを行う予定です。



↑6月1日に、県道金田平和線(水越町堂迫)のアダプト活動を行いました。



↑6月4日に、国道183号線尾引バス停から種森橋までの小学校通学路の歩道の草刈りを行いました。

山内自治振興センター建物修繕工事のお知らせ

この度、自治振興センターでは建物の外壁工事と調理室・事務室の床の張替え工事・2F 会議室・講座室の天井の一部の張替えを行うことになりました。工事期間中は、自治振興センターの貸室利用に影響が出る場合がありますので、ご理解とご協力をお願いいたします。工事内容・工事期間・工事時間は下記となります。

工事内容	工事期間	工事時間
建物 外壁工事	6月15日(木)～7月26日(水)	午前8時～午後5時(予定)
2階天井の一部張替え	6月21日(水)～6月22日(木)	午前8時～午後5時(予定)
調理室 床の張替え	7月12日(水)～7月24日(月)	午前8時～午後5時(予定)
事務室 床の張替え	7月12日(水)～7月24日(月)	午前8時～午後5時(予定)

【工事に伴う影響】

・工事期間中は、建物の一部が足場やシートで覆われます。外観や景観に影響が出ることをご了承ください。

なお、調理室と事務室の床の張替え工事に伴い、キャビネットや荷物の移動のため和室の貸室も工事期間は中止します。(令和5年7月12日(水)～令和5年7月24日(月)まで使用できませんのでご了承ください。)

工事中は、騒音や振動が発生する可能性があります。ご利用者様にはご迷惑をおかけしますが、ご容赦ください。

【お問い合わせ先】 山内自治振興区 電話:0824-74-0451



7月の予定

- 11日 ふれあい給食
- 20日 自治会長会
- 25日 ふれあい給食



おくりもの

◆香典返し

5/13～6/13

- 尾引町 尾野義顕様(故 義宗様)
- 山内町 長泉進様(故 昭子様)
- 水越町 塚本邦彦様(故 知恵美様)



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

アダプト活動始まる!



日向自治会、池の内班・若宮班のみなさんで国兼川の草刈り作業を行いました。

6月環境パトロール隊



右から、国利昌司さん、横谷誠さん、岡崎輝子さんです。

おたがいさまネット

「大雨に伴う避難判断について」

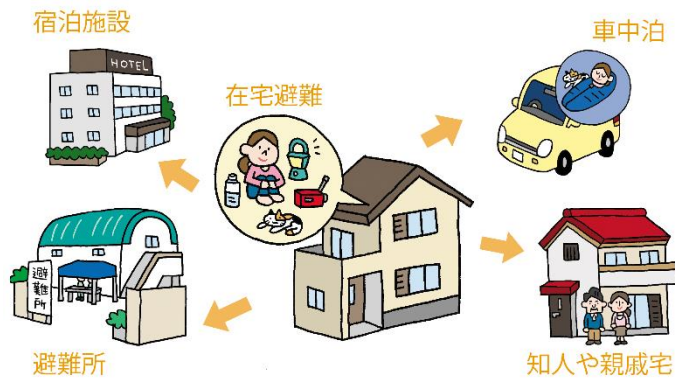
今年は梅雨入り初期から大雨に見舞われ、既に全国各地で被害が出ています。気象情報でも「線状降水帯」という言葉が頻繁に使われて、これに伴う災害級の大雨を警戒するよう呼びかけています。これから梅雨末期にかけては前線の活動が更に活発になることが予想され、雨の降り方には一層の注意が必要となるでしょう。

当地域では2018年の西日本豪雨災害以後4年間、記録されるような大雨災害からはまぬがれていますが、当時の土砂崩れなどの復旧工事が終わっていない所もあり、災害の爪跡が未だ残っています。この間「おたがいさまネット」では自治会ごとに危険箇所などを示した防災マップを作成して、大雨災害から命を守るための地域防災活動に取り組みました。また2021年5月には自治体が発令する避難情報の改訂もありました。



それによると住民が自主的にとれる避難行動は、警戒レベル3と4で、危険な場所から全ての住民が避難を終え、避難場所で安全を確保していることとなります。とくにレベル3は高齢者等に限らず、それ以外の住民も自主的に避難行動を起こす目安となり、レベル4の発令を待つことなく早めの避難行動をうながしています。

一方で土砂崩れや浸水被害の恐れのない場所にいる人は避難場所に行く必要はありません。大雨災害においては避難の必要な人と自宅で安全を確保出来る人を地域全体で確認しておくことが求められています。「おたがいさまネット」で取り組む「一人暮らし高齢者等の避難支援」においても避難の要不要や避難のタイミングなどを要支援者と支援協力者の間で日頃から話し合っておくことが迅速で的確な避難行動につながります。



地域マネージャー 三上智道

台風・豪雨時の避難情報のポイントを確認し避難しましょう



防災情報はいろいろあるけど、いつ避難すればいいの？

●警戒レベル3で危険な場所から全員避難しましょう

- ・避難とは難を避けること、つまり安全を確保することです。
- ・安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。

【警戒レベル⑤】(市町村が発令)では、既に災害が発生している状況です

2019年の出水期(6月ごろ)より、[警戒レベル]を用いた避難情報が発令されます。市町村から[警戒レベル③、④]が発令された地域にお住まいの方は、速やかに避難してください。

警戒レベル	警戒レベル
1	2
心構えを高める (気象庁が発表)	避難行動の確認 (気象庁が発表)

警戒レベル 3

避難！ 高齢者等は 危険な場所から

避難に時間を要する人は避難
(市町村が発令)

警戒レベル 4

危険な場所から 全員避難！

安全な場所へ避難
(市町村が発令)



山内自治振興区主催 第 1 回親善グラウンドゴルフ大会開催



5月28日(日)午前9時から11時半ごろまで、山内小学校グラウンドにおいて、第1回山内自治振興区主催のグラウンドゴルフ大会が行われました。18名の参加があり24ホールを回り順位を付けました。成績は以下の通りです。

成績発表

優勝 百間 不二夫さん
準優勝 藤谷 都多子さん
三位 垣 智加子さん



山内グラウンドゴルフクラブ メンバー大募集！！



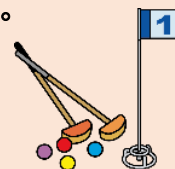
グラウンドゴルフを通して健康増進と交流を目的としたサークルです。初心者から上級者まで、年齢を問わずどなたでも気軽に参加できます。また、道具はクラブとボールだけで、特別な服装や靴も必要ありません。(クラブとボールは貸出可能です。)

興味のある方は、ぜひ一度体験にお越しください。年会費 1,000 円です。

活動日時：毎週日曜日 午前9時～正午まで

活動場所：山内記念農村公園 持ち物：飲み物・タオル・帽子

問い合わせ先：山内自治振興区 電話番号 0824-74-0451



山内ゴルフ同好会 第 68 回ゴルフコンペ結果報告

5月28日(日)午前7時30分から庄原カントリークラブで第68回ゴルフコンペが行われました。コンペの後、令和5年度総会が行われ、4年度活動報告、決算、5年度予算、活動計画、新役員の決定が行われました。

当日のコンペは14名の参加で、ダブルペリア方式で行われ、成績は以下の通りです。

順位	氏名	グロス	ハンデ	ネット
優勝	長重元文	75	4.8	70.2
準優勝	金子久則	79	8.4	70.6
3位	滝口倫章	94	21.6	72.4

