

本村自治振興センターだより

# あんしん

令和4年  
8月号

発行日 2022年8月20日  
発行 本村自治振興区  
住所 〒727-2623  
庄原市本村町1234-1  
tel 0284-78-2822  
mail honjichi@gmail.com

## 本村社会福祉協議会より敬老会の中止についてのお知らせ

かねてより計画しておりました敬老祝賀会ですが、庄原市の新型コロナウイルス感染拡大が広がり、終息する目途が立たないことを踏まえ、誠に残念ですが今年度も中止とさせていただきます。

感染リスクの高い高齢者の皆さんの安全を優先してのこととご理解いただきますよう、よろしくお願い致します。

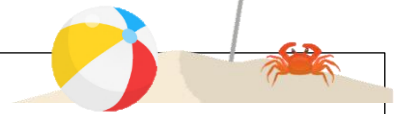
なお、敬老会の記念品については、後日、各班長さんよりお配りする予定としております。



## 本村地区 夏の打上花火 中止のお知らせ

例年、打上花火有志会より、夏に打上花火を上げてもらっていましたが、本年度は新型コロナウイルス感染拡大に伴い、残念ではありますが中止することとなりました。

来年には収束し、また綺麗な花火が見られることを願います。



## 秋の環境美化活動のお願い

恒例の秋の環境美化活動を行いたいと思います。ここ数年は新型コロナウイルス感染予防の為、各班で実施するかを判断してもらって行っていました。この度の環境美化活動もその方向で実施することとなりました。各班長さんの指示に従い、ご協力をお願い致します。

日時 / 9月23日(金)秋分の日 午前8時～

場所 / 地域全体(ゴミ・缶拾い等)

収集したゴミは配布の黄色いごみ袋に可燃ごみ・不燃ごみ等に分けて、それぞれ指定のごみ収集日に出してください。

なお、各班長さん・役員の方は、地域のゴミ拾い終了後、中山付近の不法投棄物等の回収を行いますので、ご協力よろしくお願い致します。

## 特定計量器定期検査の実施のお知らせ

商店や工場、学校、病院など(業務用)で、取引や証明に「はかり」を使用している場合は、2年に1度、法定の定期検査を受ける事が義務付けられています。検査の実施を希望の方は、計量器をお持ちください。

日時 / 9月13日(火) 午前10時30分～12時まで

場所 / 本村自治振興センター体育館入口横(アーチ下)





## 避難施設において、簡単・時短で組立られる簡易ベッドの紹介

毎年、夏になると気圧の変化などによる突然のゲリラ豪雨や雹<sup>ひょう</sup>が発生しています。土砂災害や河川の氾濫など、<sup>ふにち</sup>今日ではそれらが多発するようになってきています。どこの地域でも、避難施設に指定されている所では、その時の為の設備を整えておかなければなりません。ここ振興センターもそのうちのひとつです。

一昨年より、簡易ベッド(段ボール製)が簡単に早く組み立てられる方法はないかと、地域の方に相談したところ、作って下さる方がいらっしゃいました。試行錯誤の末、5分以内で一人でも簡単に組み立て・解体ができる段ボールベッドです。小さなお子さんから高齢の方でも簡単に作れます。



段ボールを箱に組立、敷板用の段ボールの指定の位置にくっつけます。

たったこれだけで、ちょっとやさっとでは壊れない簡易ベッドの完成です。

見てみたい、組み立ててみたい方がいらっしゃれば、いつでも声を掛けてください。是非、ご自分で体験してみて、感想をお聞かせいただければと思います!

## ふれあい給食



毎日暑い日が続きますね。体力も気力も落ちるこの季節ですが、畑の野菜たちは元気いっぱいに育っています。栄養を蓄え、遅く育った野菜たちは美味しさも栄養も豊富です。「トマトが実れば医者<sup>いしや</sup>は青くなる」という古ギリシャのことわざがありますが、旬の野菜は旬の時期に食べると身体に最も効果があり、元気に過ごせるという意味が含まれているそうです。夏野菜には、夏バテ予防・熱中症予防(水分補給)・利尿作用(むくみ予防)・紫外線対策・胃腸を守る効果があります。より多くの野菜を肉や油などと上手に摂ることで、栄養を倍増することもできるようです。それぞれの家庭で調理ボランティアさんたちが育ててくださった野菜を使い、食べる方のことを考えて愛情を込めて作ってくださるお弁当は、栄養と優しさと一緒に摂れるので嬉しいですね!

### 7/27 梅の香ご飯とサバの塩焼き弁当

### 8/10 枝豆+コーンご飯と茄子尽くし弁当

なすの漬物

ピーマンの肉味噌煮

茄子の梅肉和え

きゅうりと豚肉の梅昆布茶和え



酢いり野菜



どっさり野菜の塩炒め

夏場の食欲不振時に箸が進む献立ですね。酸味のきいたメニューが中心となっているので、サッパリとして食べやすそうです。

高血圧予防、むくみ改善にいい茄子がたくさん入ったお弁当です。塩分の補給もできる献立なので汗をかく時期にいいですね。





# じもとあい

お寄せいただいたものを皆さんに紹介したいと思います。  
随時募集していますので、紹介してみたいことが見つければ、是非、声を掛けもらえると嬉しいです。

## 『メダカの家族(稚魚)が増えました』 自治振興センターより

岩月の田邊さん宅よりメダカの稚魚をわけていただきました(^ ^)大きい水槽と金魚鉢にわけて飼育することになります。当初、大きい水槽に稚魚を入れたところ、共食い?なのか、大きいメダカが稚魚を追いかけまわしていました。しばらくすると落ち着いたのか、お互い関心がありませんという様子で泳いでいましたね。

今は餌をしっかり食べ、すくすくとお育ちになっています。振興センターにお立ち寄りの際は、是非、眺めて癒されてください。



とても元気に泳いでいます。水面近くで生活することが多いようです。



大きいメダカもお腹周りが大きく育っています。

## 『大きく育ったコキア(別名 ほうき草)』(青竜) 貞吉トモ子さんより

丸い形のコンパクトな草姿で、通常は樹高50 cm程度でまとまるようです。

貞吉さん宅のコキアは樹高約120 cm、幅約100 cmほどの大きさに育ち、「見たことないほど大きく育った」とビックリされていました。他にも周り植えておられましたが、それらは樹高30 cm~40 cm程度で大きさは一目瞭然でした。なぜこの子だけこんなに大きく育ったんでしょうね。



大きな錦鯉も見せていただきました



コキアは赤く色が変わる頃に束で刈り取り、ほうきを作る事が出来ます。

## 『大きすぎるズッキーニ』(三十戸) 森永重孝さんより

気が付けば大きくなっているズッキーニですが、森永さんが見せてくれたのは長さ57 cm、太さ直径16 cmはある“棍棒”ですか???というサイズのものでした。ここまで大きく育ったものが食べられるかは謎ですが、観賞用にはインパクト大ですよ!

調理できるかやってみると言われていたので、気になる方は感想を聞いてみてください(^ ^)



## 『なぞのキノコ出現』(青竜) 田邊宜男さんより

発見したオオシロカラカサタケは暑い時期によく生えるようです。毒性で嘔吐や下痢、頭痛などの症状が引き起こされます。道端や草むらにふいに生えていることがあるようですが、とても姿形が似たキノコで食用できるものもあるそうです。しかし、見分けがつかないことで食中毒を起こすケースが近年多発しています。公園に看板が設置されている県もあるそうです。

キノコの世界では、分からないものには手を出さないが正解です。道端に生えているキノコは見るだけにして楽しみましょう。

本村川隣接道路で発見されました。





## 『おもしろいナスを発見!』 (明善)宮永里美さんより

自宅で採れた面白いナスを見せていただきました。

上左から順に、双子、三つ子、四つ子のナスです。三つ子は真ん中のナスにさらに足?が生えています。まるでタコやイカの足のようですよね ww

下の写真のナスも何個かがくっついたような姿をしています。

このような実を乱形果というそうです。生育が旺盛な時になりやすいようですので、宮永さん宅のナスはまだまだ元気ということですよ!



小さい足のようなナスが生えています

## 『ついにドローン導入』 (青竜) 田邊宅より

これからの農作業の効率を考えると、あった方が楽だろうと導入することを決めたそうです。①防除作業時間の短縮②急傾斜地等の人が入りにくい場所での防除作業を軽労科できる③センシング(離れた場所から対象としている物体の状態を測定する技術)により圃場のばらつきを把握し、適肥やばらつき解消により収量が増加するなどメリットがあります。1反1~2分程度で防除ができます。1回の飛行で約1.2ヘクタールの散布ができるそうです。

オペレーターとナビゲーターの2人1組で必ず作業にあたります。甥っ子と私もナビとして時折、借りだされますが、2人3脚で頑張りたいと思います。



## 『児玉 成輝くん 全国インターハイ陸上 2022 男子走り幅跳び 2位準優勝 おめでとう!!』

8/3~8/7 で徳島のポカリスエットスタジアムで行われた全国高校総体陸上 2022 徳島インターハイにおいて、沼田高校で頑張っている児玉成輝くん(高3)が活躍してくれました。男子走り幅跳びで7m35cmの記録で全国2位の成績に輝きました。すごいです!本当におめでとうございます!!

これからもますますの活躍に期待し、地域の皆さんで応援しています。



## おくりもの

次の方より社会福祉協議会にご寄付をいただきました。

お見舞返し 宮尾 卓雄 様(下表)

ありがとうございました。大切に使用させていただきます。

## お助けネット

刃研ぎ	1件
草刈り	1件
蜂の巣撤去	4件

R4年7月16日 ~ R4年8月15日まで

## 編集後記



暑い日が続くようになり、毎日1回は「あつい〜」と言うのが口癖のようになってしまいました。

皆さん体調の方は大丈夫でしょうか?熱中症や脱水症状は自覚がないままに起こることもあるので、こまめに水分補給をして出来るだけ涼しくして過ごしてくださいね。

毎年夏になると各地で異常気象が発生し、自然災害が猛威をふるいます。先日は東北で大雨が降り、河川の氾濫などで床下・床上浸水などが起こり、亡くなった方もいらっしゃいました。そして新型コロナウイルスの爆発的な感染拡大。毎日感染者数が記録更新したとNEWSで報じられます。どちらも対策予防をしても身近で起こらないとは限らないことです。明日は我が身かもしれません。事前になった時の対応方法をしっかり確認し、慌てずに対処できるようにしておきましょう。

