

令和2年1月15日

No.381

# 地区だより じゅうおう

十王地区  
コミュニティセンター  
TEL 0238-85-2102  
FAX 0238-85-2122



吉事多き年となりますように  
【新春懇談会開催】



この冬は例年になく雪の少ない年末年始となりましたが、朝から久しぶりの雪となった1月5日、十王地区の各組織、企業の代表者約90名に参加いただき、自治振興会主催の新春懇談会が開催されました。

主催者挨拶の中で、海老名会長が新元号・令和にちなんで万葉集の一首を紹介し、「新しい年の初めの初春の今日、降っている雪のように良いことが重なりますように」と今年の地区の皆さんの安全祈願と、十王地区の更なる発展を誓いました。また、今回はアトラクションとしてダンスカンパニー・マルベリーズ（代表菅原陽子さん）の皆さんに華やかなダンスを披露していただき、令和に入って初めてとなる新春懇談会を大いに盛り上げていただきました。

# 須藤協力隊通信



## 収穫した白菜でキムチを作りました

12月25〜27日でコミュニティセンターの畑で昨年栽培した白菜をキムチ漬けにしました。レシビは海老名幸男さんに教えて頂きました。下漬け作業、水切り作業、葉念(ヤンニョム)作り、本漬け作業を、3日間かけて行いました。本漬け作業では、長谷川久美子さんにご指導いただきました。今回は10束の白菜を漬け、1月5日の新春懇談会で試食していただきました。まだ白菜はあるので、再度キムチを漬けます。



## 元気クラブ味噌餅作りに参加

12月20日に行われた元気クラブの味噌餅作りに参加しました。味噌餅を作るのは初めてで皆さんに教えて頂きながら調理しました。印象深かったのは、味噌や砂糖に熱を通す作業です。熱を加える際焦げないようにへらでかき回します。時間がたつにつれてどんどん重くなり、かき回すのが大変になります。みんなで交換しながら約30分かき混ぜました。完成した味噌餅は家に持ち帰り美味しく頂きました。元気クラブの皆さんと楽しく味噌餅作りができて良かったです。

## もっといきいき100歳体操

毎週水曜日に開催している「いきいき100歳体操」。12月18日に白鷹あゆみの園様より地域貢献事業として理学療法士の先生を派遣していただき、より効果的に筋力アップにつながるポイントを教えていただきました。

また、12月25日には、町生活支援体制整備協議体委員会による、ご近所同士の助け合いを疑似体験するカードゲームを行いました。「認知症の見守り」「草むしり」「葉の受け取り」「ついでの買物」など様々なカードの中から、将来助けて欲しいこと、助けてあげられることをグループで話し合いました。参加者の皆さんは、気軽に頼めること、助け上手、助けられ上手になるイメージを持つことができましたようです。

## 放課後子ども教室「親子でクリスマスケーキとクラフト手芸作り」

12月21日、親子合わせて30名が参加し、クリスマスケーキ作りとクラフト手芸作りを行いました。

毎年恒例となったクリスマスケーキ作りでは、どの組もそれぞれが工夫を凝らし、クリスマスにぴったりの可愛くて美味しそうなケーキを完成させていました。

教室の後半には、大人は小物入れとしても重宝するカトラリーケースを、子どもはクリスマスカラーの花飾りの作り方を高橋陽子さん(宝前町)に教えていただき、盛り沢山の内容で、楽しい時間を過ごしました。





子年の皆さんに、新年の抱負をご寄稿いただきました



原田小雪さん(5町内)

「今年の抱負」

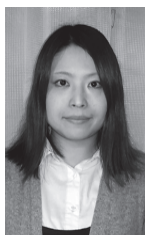
私が今年がんばりたいことは、スポーツです。理由は、体を動かすことが好きだからです。とくに水泳を頑張りたいです。なぜならスポーツの中で一番得意だからです。昨年町の水泳大会に出場し、私は個人メドレーと自由形に出ました。個人メドレーは三位で自由形は二位でも悔しかったのを覚えています。なので、一位の子に勝てるように、筋トレやスイミングに通って、今年小学校最後の水泳大会で一位をとって中学に行きたいです。



橋本大地さん(7町内)

明けましておめでとうございませう。本年もどうぞよろしく願っています。昨年、知人から台風19号の復興ボランティアの誘いを受けましたが、先約があったため断ってしまいました。今、考えると頭をさげ理由を話せば断れるような約束だったなと思います。参加したいという気持ちよりも、わざわざ苦労していくのは：という弱い自分が出てしまったのかもありません。

②良い経験や自分が成長するため、アクティブに行動を起す。たぐさんの人と考えるに出会い、自分と社会を見つめなおすことのできる年にしたいです。小さなご縁・周りの人への感謝を大切に、24年間で最も充実した年にしたいと思います。



伊藤真理子さん(2町内)

「感謝と笑顔の一年に」

思い返せば二年前、家族で私の地元である十王に引っ越して来ました。それから沢山の方々の優しさに触れ、やっぱり地元は良いなあとしみじみと感じております。私は二人の子供がおりますが、地域の方々に支えられて、びのびと成長できていることに本当に感謝しています。以前住んでいた所では感じられなかった事、当たり前ではないありがたい事です。先ずは、感謝の思いを常に胸に。もう一つは、笑顔で過ごす事。嬉しい事に、私の周りには笑顔にさせてくれる素敵な人が沢山います。笑顔から得られるパワーは凄いですね。日々の忙しさに陰しさの方が良く顔を出すので、今年は沢山の笑顔で過ごしたいです。



大滝 香苗さん(7町内)

「私らしく」

明けましておめでとうございませう。気づけばすっかりアラフィフ。実家で過ごした日々と同じ年月をこの白鷹で過ごしたことになります。長男は大学生で家を出て、下2人も高校生。家を出るのも時間の問題ですね。ついでに私も出てやろうかと何度思ったことか。でも、みな健康で今まで過ごせたことに感謝です。子供たちはいざ自分の道を歩んでいくことでしょう。さて、私は？最近手元の字が見えづらく、都合の悪いことは聞かなくなってきましたが、あまりストレスを溜めず、私らしく楽しく過ごしていきたいと思えます。



高橋 徹さん(6町内)

「子年 新年の抱負」

あけまして、おめでとうございませう。⑤「5回目の年男」⑥「還暦」⑦「年寄り」今まではそんなイメージでしたが、いざ自分がなってみると、体の衰えは実感しています。まだまだこれからは「まだだ」との思いです。

社会人になってから常に心がけていることは「何事も、下りのエスカレーター」です。歩みを止めると奈落の底へ、足踏みしていたら現状維持、頑張って歩み続けなければ、頂上に到達できない。常に全力で前に進んでこそ目標を達成できると思っています。現在、南陽市にある会社で、経営陣として大きなプロジェクトを担っており、達成するまでは前進し続けなくてはなりません。健康に留意し、何事にもガンガン全力投球していきます。⑧「年寄り」になるのは、もうしばらく先になりそうです。



梅津晶一さん(3町内・龍澤寺住職)

「新年の抱負」

月一回行っている寺カフェは、三年目に入り、今月で二十七回を数える。中身は、住職の話、坐禅やヨガ、卓を囲んでの茶話会等。参加者の皆さんにとつて身心をリフレッシュできるひとときとなるように心がけている。私は、仏事だけでなく、慌ただしい娑婆(しゃば)世界で疲れた心と体をリセットして、元氣を取り戻すための癒しの場を提供することも寺の大切な役割の一つだと思っている。寺カフェの後「気持ちすがすがしきりした」「腰が軽くなった」そう言いつて帰って行く後ろ姿を見ると嬉しくなる。



長谷川みよ子さん(6町内)

「新年の抱負」

明けましておめでとうございませう。早いもので七回目の年女を迎えることになりました。これまで皆様にはいろいろとお世話になり、あらためて感謝申し上げます。今では体も思うように動かせなくなりませんが、自分なりに健康に気をつけ、友達と地区の行事やサロンなどの活動にもできるだけ参加したいと思っています。また、東京オリンピック・パラリンピックの年でもあります。テレビでの応援になりますが、スポーツ観戦が好きな私は今から楽しみにしています。ひ孫に元氣をもらいながら楽しい一年になるよう頑張りますので、今年もよろしくお願い致します。

文化教養部会主催  
地域づくり研修会のご案内

地域の歴史や文化に理解を深める目的で、下記の内容で研修会を開催します。お子さんから大人まで、どの年代の方も楽しみながら学べる内容となっていますので、ぜひお気軽にご参加ください。

- ◇日時 2月9日(日) 午前9時30分～11時30分
- ◇場所 山峡紅の里
- ◇内容 十王地区内にある文化財の紹介と文化財をモチーフにしたプラバン作り体験
- ◇講師 白鷹町教育委員会  
文化財コーディネーター 石井紀子さん
- ◇参加費 無料
- ◇申込み 1月31日(金) コミセンまで  
小学生のお子さんがいらっしゃるご家庭には育成会を通してチラシを配布しますので、育成会役員の方へ申込みをお願いします。

民生児童委員がかわりました

1・2町内：守谷和枝 3・4・5・9町内：斎藤みち子  
6・7・8町内：守谷文子 10町内：土屋重子  
※お困り事は担当の民生児童委員へご相談ください

みそ作り参加者の皆さんへ

2月16日開催のみそ作りにお申し込みをいただいた方は、1月20日(月)～1月31日(金)までの間に、白米3キロと参加費1,200円を山峡紅の里へお持ちください。その時に、大豆と煮方や当日の持ち物を書いた紙をお渡しますのでよろしくをお願いします。

これからの予定

- 1月18日(土) 子ども教室ニュースポーツ
  - 1月19日(日) フラバールバレーボール大会
  - 2月 2日(日) 十王雪まつり
  - 2月 7日(金) 町内長会
  - 2月 9日(日) 地域づくり研修会
  - 2月14日(金) 地域防災部会
  - 2月16日(日) みそ作り
  - 毎週月曜日 元気わくわく教室
  - 毎週水曜日 いきいき100歳体操
  - 毎週金曜日 元気クラブウィンターゴルフ
  - 毎週土曜日 子育てサロンどんぐり広場
- ※2月8日と22日と29日はお休みです。  
第1、第3火曜日 クラフト手芸教室

# 十王雪まつり のご案内

日時 2月2日(日)

- 会場 山峡紅の里
- 内容 ☆雪中宝さがし 午後1時～(小学生対象)  
☆雑煮鍋合戦 午後3時～  
☆花火大会 午後6時半～  
※チラシもご覧ください。

元気クラブ 料理教室のご案内

地元の野菜をたっぷり使ったおでん&寒ブリ料理作りを行います！是非ご参加ください。

- 日時 2月27日(木) 午後3時～
- 場所 山峡紅の里
- 会費 1,500円
- 持ち物 エプロン・三角巾
- 申込み 2月10日(月) コミセンまで
- 定員 先着20名までとさせていただきます

白鷹駐在所からのお知らせ

～雪害事故に注意～

これから本格的な降雪期を迎えます。次の事に注意して安全に冬を乗り切りましょう！

1. 屋根の雪下ろし時の注意
    - ◆ 命綱、ヘルメットを着用し、安全な服装を心掛けましょう。
    - ◆ 携帯電話を持ち、2人以上で作業しましょう。
    - ◆ 梯子はしっかり固定しましょう。
    - ◆ 気温が高いときは屋根の雪のゆるみに注意しましょう。
    - ◆ 足場に常に注意しましょう。
  2. 除雪機による作業時の注意
    - ◆ 回転部に雪が詰まったら、必ずエンジンを切って回転部が停止したことを確認しましょう。雪かき棒を使用しましょう。
    - ◆ 作業中も周囲に人がいないか注意しましょう。
  3. 落雪への注意
    - ◆ 屋根や軒下からの落雪などに注意しましょう。
    - ◆ 雪庇やつららを除去するときは、落下を考え、安全な方法で作業しましょう。
- 長井警察署 TEL 84-0110  
白鷹東駐在所 TEL 85-2046