

和合

No.108

2016. 1. 20

題字：三浦修次



人がつながり元気な和合の里「ミニ門松お届け事業」

門松づくりのひとコマ

主な掲載記事

おらほの民俗行事……………2
おっきくなたの～……………2・3
和合ってどんなところ……………3
安全なお風呂の入浴術……………4
年中夢求……………4

亀治からのメッセージ……………5
よつぱこ通信……………6
こうなってほしちゃ……………6
健康レシピ……………7
和合交番……………7
地域インフォメーション……………8

おらほの 民俗行事

[No.5] 沢新田編

横山 修 氏

私たちの地域には、沢新田歌舞伎踊りがあり、隆盛時には50人もの師匠や連中で、夏祭りや祝事で、村中が喜び合いました。時代の移り変わりで継承者がなくなり、昭和20年代後半には継続が

難しくなりました。

そんな中で、現在も続けられている沢新田神楽は、明治40年ころ、隣村の南野から習得したといわれています。「お頭舞^{かしらまい}」のほか、五演目の舞と、狂言、漫才などの演目を氏神様の祭礼に奉納し、祭典を盛り上げていました。

祭礼の8月18日に向けて、7月になると神楽連中による練習が始まり、神社の境内からは太鼓や笛の音が村中に響き渡り、とても情緒があります。

しかし、昭和40年代には、職業の多様化、数多くの娯楽などで神楽連中に参加する若者が少なくなり、「お頭舞^{かしらまい}」を伝承するのが精一杯となりました。現在は、20名ほどの神楽連中によって、毎年の建部神社の祭典に奉納し、各家々に舞い回っています。



「神楽太鼓」

獅子が舞う
「お頭舞^{かしらまい}」



写真：「350年祭写真集」より

おっきぐななの～

— パパ・ママにインタビュー —

- ①名前の由来は？
- ②今一番の興味や、はまっている遊びは？
- ③最近のエピソードは？
- ④パパママの失敗談（子育てであるある！）
- ⑤パパママからのメッセージ

り お
工藤 莉緒ちゃん
(古 関)

平成26年11月28日生まれ
パパ：達矢／ママ：未奈



- ①人とのつながりを大事にできる、思いやりのある華のある人になるようお願いを込めて。
- ②音楽に合わせて手を叩き、リズムをとること。
- ③櫛^{くし}を自分で持って、にこにこしながら髪をとかしていたこと。
- ④静かだな…と思ったら、クローゼットから服を引っ張りだして服の山ができていたこと。
- ⑤元気に遊んでたくさん食べて！
これからも可愛い笑顔をみせてね。



和合ってどんなところ

愛にあふれる 大好きな場所

和合の里を離れて約10か月が経つ。「今日の月山きれいだちゃ～」毎朝第四公民館へ向けて車を走らせながら見ていた景色も、今では見る機会が少なくなった。

さて、一年半お世話になったわけだが、和合の方々は世代を問わずみな優しく穏やかで芯が強い。私の好きな言葉に「強く優しく男の子、優しく強く女の子」という言葉があり、まさにこの言葉どおりの地域だと感じだ。そして何より『子どもへの愛』『地域住民同士の愛』『郷土へ

の愛』などたくさんの愛に溢れ、地域がつながり一体となって『和合』を作り上げている。人とのつながりが希薄な現代においてとても素晴らしいことである。

春、きちんと挨拶もしないまま去ったに私に、今でも会えば「元気だが？」と声をかけてくれる方がたくさんいて、その度とても幸せな気持ちにさせてもらっている。そんな愛そのもののみなさんが、私にとっての『和合』でありこれからもずっと『大好きな場所』だ。

今年もまた本格的な雪の季節がやってきた。筆を走らせながらふと、和合の里から望む白く染まった月山を見に行きたくなった。よし、晴れ間を見て和合さ行くがの！

あきこ
佐々木 亜希子 さん

(平成25年7月～平成26年度 余目第四公民館勤務)



- ①「玖」という漢字の意味には、美しい黒色の石とあります。
男気溢れる楽しい音を奏でてほしいという意味で名付けました。
- ②お兄ちゃん、お姉ちゃんのまねごと
- ③40℃の熱を出して入院したこと（徹夜で看病しました）。
- ④5年ぶりの赤ちゃんだったので育児のしかたを忘れていました。
大変さよりかわいさの方が上です。
- ⑤お兄ちゃん、お姉ちゃんとたくさん遊んですくすく元気に育ってね！



く おん
佐藤 玖音くん

(大真木)

平成26年11月29日生まれ

パパ：涼／ママ：美幸



交通事故死より多い入浴死

安全なお風呂の入浴術

—入浴の正しい知識を身につけよう!—

寒くなると高齢者に多くなる入浴中の事故は、交通事故よりも発生が多く死亡につながりやすくなります。自宅での入浴事故を防ぐために、次のことに注意しましょう。

安全お風呂

8つのポイント



①こんな時は入らない

体調が悪い時・食べてすぐ・
安定剤睡眠薬服用直後

②脱衣所・浴室温度差に注意

脱衣所…暖房機を置く。
浴室…浴槽のふたを開け、
シャワーで暖める。

③お湯の温度は41度以下

熱いお湯は血圧を上昇させる。

④入浴前後十分な水分補給を!

入浴すると発汗や利尿作用が
活発になる。

⑤入浴前かけ湯をする

足や腰などからお湯をかけ、
体を慣らす。

⑥家族に一言かけてから入浴

異常があった時は、早めに
気付くことができる。

⑦浴槽のふたを目の前に置き、
半身浴を!

もしもの時ふたによりかかる
ことができる。

半身浴は心臓への負担を軽くする。

⑧あがる時はゆっくりと

急に立ち上がると血圧が低下する。

山形県 入浴死・入浴事故予防リーフレットより

高齢者総合相談窓口 (介護相談・心配事などお気軽にご相談ください)

●庄内町地域包括支援センター

TEL 45-1030 (介護センターほほえみ内)

●庄内町地域包括 立川サブセンター

TEL 51-2505 (庄内町役場立川庁舎内)

ねんじゅうむきゅう
年中夢求

~2020への挑戦!!~

Part-1

第四学区で頑張っているスポーツ団体の活動を紹介する新コーナー。
めざせっ、東京オリンピック!!

“限界突破”でステップアップ!

WAGO MOLINO FC 保護者会長

中村 全

余目四小サッカースポ少と立川小サッカースポ少が合併して2年目の今年、チーム名を WAGO MOLINO FC (WAGOは四小学区の和合、MOLINOは立川のシンボルの風車を意味します) に一新。そして、Exceed The Limit! 限界突破という言葉を取り上げ、新たにスタートしました。現6年生は、一昨年の新人戦で県三位に入賞し、昨年3月に宮

城利府、7月に岩手安比と二度東北大会に参戦してきました。東北大会のレベルは高く、思うような結果は得ることができませんでしたが、次の

ステップへのチーム課題など大きな経験を積むことができました。

現在の活動は、今までできなかった冬期間の実戦経験を積むため

に12月から2月までの間、宮城への遠征を何度か予定し、春までに次の年代のレベルアップを進める予定です。

今後ともWAGO MOLINO FCの応援よろしくお願いします。





亀治からのメッセージ

亀ノ尾の里資料館

開催中

常設展《冬の展示》 わら仕事・冬の民具

冬の農家の手仕事の様子や
わら製品を展示しています。

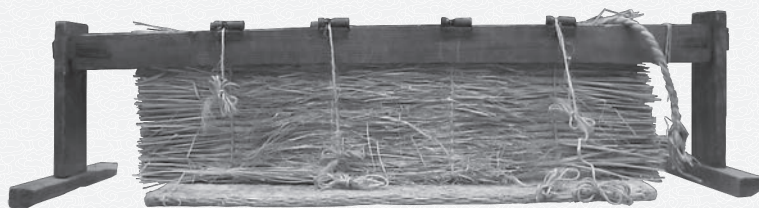
期 間 2月7日(日)まで
時 間 午前9時～午後9時まで
入館料 無料

※次回の展示は、
企画展「雛(ひな)人形展」を
2月20日(土)から開催します。

【道具図鑑】 ※現在公開中

●馬そり

冬場、人や荷物を運ぶために
使われた。
庄内では、冬、田んぼに堆肥を
運ぶ、肥引き作業に使われた。



●俵編み機

俵編みは、農家にとって冬場の
かかすことのできない作業で
あった。一日10俵編んだ。

亀治の目

昔の人はダジャレ好き。おやじギ
ャグは死語に近いが、昔ながらのダ
ジャレは今も受け継がれている。お
めでたい日のごちそうの一つである
鯛は「めでたい」からきているし、
お正月の鏡餅、丸い餅を2つ重ねる
のは円満に年を重ねるという意味。
上に載せる橙は、家系代々の繁栄を

願って飾るもの。12月29日にお供
えるのは、九餅といって「苦を持
つ」につながるから嫌われる。おせ
ち料理にいたっては、昆布巻きはよ
ろこぶ。黒豆は、まめに働く（暮ら
す）という語呂合わせであり、田作
りは、昔、いわしの稚魚が田んぼの
肥料だったことから来ている言葉。

海老は、長いひげをはやし、腰が曲
がるまで長生きするようにと長寿を
祈った。祈るしかなかった時代、巧
みな言葉遊びで気を引き締めたり、
縁起をかついだり
したのである。



第四幼稚園

よつぱっこ通信

昔遊びって、おもしろ〜い!

幼稚園では、昔の遊びを大事にしています。

11月は、和合大学院のおじいちゃん達に昔遊びのコツを教えてもらったり、頑張りを誉めてもらった中でふれあいの楽しさも感じていました。昔遊びは、「人と遊ぶ楽しさ」「根気よく取り組む力」「難しい技への挑戦」「うまくなっ

た達成感」など多くのことを感じられる素敵な遊びです。

子ども達は、コマ回しやあやとり、せんべい釣り、お手玉、おはじき、羽つきなどを楽しんでいます。

「お手玉は、おばあちゃん上手なんだよ」「お父さんも幼稚園の時コマ回ししたんだって!」「おじいちゃん、せんべい釣りうまいんだよ」な

ど家族の自慢もしています。「コマはねえ、こうやってひもをまくといいんだよ」となかなかひもを巻けない友達に教えてあげる姿もあります。

2月には「コマ回し大

会」もあり、子ども達は毎日、繰り返し挑戦しています。寒い冬、家の中でできる昔からの素朴な遊びを大人も子どもも一緒に楽しんでもみませんか。

せんせい、あのね!

お正月には…!

〇〇くん

「♪もういくつ寝ると お正月〜」

△△ちゃん

「♪お正月には たこあげて〜」

□□くん

「えっ! タコはあがらないよ!」

〇〇くん/△△ちゃん

「たこは、あがるよ!」

□□くん

「あがらない! 泳ぐの!

タコは海で泳ぐんだよ!!」

〇〇くん/△△ちゃん

「あーあー、そのタコね!」



みんな、コマの動きに注目…

第四小学校

こうなあってほしちゃ 和合の里

—— 6年生のみんなが願う『和合の里』の未来像 ——



まひろ
大倉 眞尋

わたしは、えが
おで元気なあいさ
つをする地域に
なってほしいと思
います。



あさひ
太田 朝陽

ぼくは、和合が
このままあいさつ
がじまんの町に
なってほしいで
す。



あやの
加藤 綾乃

わたしが思う和
合は、みんなが仲
が良くて仲間はず
れがない地域に
なってほしいで
す。



しゅん
長南 春

ぼくは、自然ゆ
たかで事故なく安
全で、みんながあ
こがれるところ
になってほしいで
す。



ももか
門脇萌々華

私は「和合の里」
が、米作りがさか
んで緑豊かなステ
キな町になってほ
しいです。

健康しシピ 小松菜とひじきのナムル

◎材料（6人分）

小松菜……………半束	調味料
人参……………1/3 本	しょうゆ 大さじ3
もやし……………半袋	ゴマ油 大さじ1
ひじき……………3g	酢 大さじ2
（しょうゆ・砂糖…適量 / 下味用）	しょうが } お好みで
白いりゴマ……………少々	にんにく } 適量

◎作り方

- ① ひじきはもどし、しょうゆ・砂糖で煮て下味をつける。
- ② 小松菜は3cmくらいに切る。人参は太めのせん切り。もやしと茹でて、冷ましておく。
- ③ ①②の材料と調味料を混ぜ合わせる。



ひじき煮をフライドポテトと混ぜ合わせてもおいしいです！



ひとくちメモ 小松菜

●小松菜の話

冬を代表する野菜。1年を通して流通していますが、冬が旬の野菜で12月～2月がおいしい時期です。寒さや霜にさらされることで葉肉が厚く柔らかくなり、あくが抜けて甘みが増していきます。

●小松菜の栄養の話

緑黄色野菜の中でも栄養価の高さは群を抜いています。すべてのビタミン、ミネラルを豊富に含むほか、鉄分やカルシウムなどはホウレンソウ草以上。特にカルシウムの量は牛乳並みで栄養価では大変優れた野菜です。

～「もっと野菜を。もっと食卓に。キューピー」より～

和合交番 防ごう！雪害事故

・・・昨冬の雪害事故による被害・・・
139件発生 7人死亡 132負傷

【屋根の雪下ろし時の注意】

昨冬、84人が屋根から転落!!

- 動きやすい服装で、命綱、ヘルメットを着用し、はしごはしっかり固定しましょう。
- 軽くて雪が付にくいスコップ等を使い、2人以上で作業しましょう。

【除雪機による作業時の注意】

昨冬、11人が巻き込まれてケガ!!

- 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。



冬道のスリップ事故にご注意！

過去3年で **2,112 件** 発生

原因は…急ブレーキ・急ハンドル操作…38%
スピードの出し過ぎ…37.1%

～ドライバーの皆さんへお願い～

- ① ブレーキやハンドル等の急な操作はしない。
- ② スピードは、夏場より10^{km}以上減速する。
- ③ 車間距離は、路面乾燥時の2倍以上とする。

地域インフォメーション!!

花の山形! シャンシャンシャン

— 元気で長寿健康教室 —

前田野目老人クラブ（会長 高橋隆喜）では、12月13日町保健師石川丁子さんと栄養士齋藤裕美さんを講師に迎え、元気で長寿健康教室を開催した。

はじめに、血圧測定を行い、自己チェック。その後、石川保健師が「こころと体を元気に保ちましょう」と題し講演した。平成24年の健康白書から、年間3万人近くの人々が、「健康問題」「経済・生活問題」「家庭問題」「勤務問題」などの順位で自殺死亡の状況を紹介した。そして、健康しようない21計画（第2次）休養・こころの健康の中で、今後の取り組みの目標として「快適

な睡眠と休養で、こころと体をしっかり休めよう」

「ストレスを上手に解消して、こころの健康を保ちましょう」を掲げ、皆さんから取り組んでもらいたいこと、町が取り組むことや睡眠12箇条を述べられた。

齋藤栄養士は、ここに参加の皆さんには該当者がいなかったと前置きし、*低栄養予防のポイントなどを講演した。その後、介護予防の取り組みとしてロコモティブシンドローム（運動器症候群）予防の「花の山形! しゃんしゃん体操」で体を動かした。

※低栄養予防のポイント

… 食事はできるだけ噛んで …

- ① 1日3食バランス良く
- ② 良質なたんぱく質やカルシウムをとる
- ③ 塩分は控えめ
- ④ お茶や飲み物で1日1,200ml～1,400mlの水分補給
- ⑤ バッカリ食・簡単食は避ける
- ⑥ 楽しく食事できる環境づくり



血圧測定「ちょうどいいかなぁ〜?」

第四公民館駐車場に シルバー優先 スペースができました

足の不自由な高齢者に配慮するため、4台分のシルバー優先スペースを設けました。不足する場合は、譲り合いをお願いします。



ピヨ卵ワイド

が新田目に来た!



YBCテレビで夕方に放送されている情報番組「ピヨ卵ワイド 430」の特集“シリーズまち”で新田目地区が選ばれ、同局の陣内アナウンサーが取材に訪れた。アポなし・行き当たりばったりの取材スタイルで、この日、畑で作業中の安達慧一さんにマイクが向けられた。春キャベツの苗植えや雪囲いについてインタビューされ、偶然居合わせた安達さんの弟の幸喜さんも取材を受けた。都会暮らしから第二の人生を送るため戻って来て、

兄の農業の手伝いをしていることやストレスのない静かな田舎暮らしで健康になったことなどにこやかに話していた。その後、取材陣は工藤譲さんのビニールハウスに案内され、ハウス内一面に咲いたストックの花に感動していた。

安達さんのユーモアと飾らない人柄が伝わる放送だった。取材を終えた陣内アナウンサーは、世代が違って仲が良く、ご近所付き合いの深さを強く感じたと言った。

編集後記

■新年明けましておめでとうございます。みなさんは、どんな目標を立てて2016年のスタートをきりましたか。

■今年は、リオオリンピックが開催される年ですね。きっと、世界中、日本中が暑い夏を過ごすことになるでしょう。

■そして、次がいよいよ東京オリンピック。本誌では、「年中夢求2020への挑戦!」と題し、学区内のスポーツ団体を紹介するコーナーを新設しました。ここ“和合の里”からオリンピック選手が誕生することを願って、頑張るみんなを一番の応援団になって盛り上げていきたい!

■申年は、悪いことが去る、病が去る、そして、いいことや幸せがやって来る年と言われます。2016年がみなさんにとって素敵な年でありますように。そして、本年もよろしくお願いいたします。