

和合

No.149

2022. 11. 15

題字：三浦修次

主な掲載記事

- 和合の里あれこれ……………2
- はやぐおっきぐなれの～！……………3
- おらほの行事食……………3
- よつばっこ通信……………4
- わたしが描く和合の里……………5
- わたしから見た和合の里……………5
- 畑にこんにちは……………6
- 人生100年時代……………6
- わごう駐在所……………7
- 和合館の取り組み……………7
- 第4回和合の里
フォトコンテスト入賞作品…8
- 和合の里INFORMATION ……10

和合の里 あれこれ

【前田野目 編】

喜寿、米寿の方々をお祝いします。記念品として、七つ祝いには祝い金、喜寿の方には紫の座布団、米寿の方には黄色の座布団が贈られます。厄年の皆さんや希望する方々には、祈祷料 500 円を納め、厄払いが行われます。

祈年祭（春祭り）・合同祝・厄払い

3 月 13 日以後の最も近い日曜日に皇大神社で行われます。祈年祭（田の神下ろし）では、今年の農作業安全と五穀豊穡。合同祝では、七つ祝い、還暦、



贈られる座布団とお守り

いきいきクラブ

前田野目の「いきいきクラブ」（老人クラブ）は、60歳以上の方を対象に現在23名の会員で活動しています。新型コロナウイルスが流行する前は会員研修会として酒田港に寄港した「スプレンドィダ(13万トン)」の見学や百万遍などの活動をしていました。今年度から少しずつ活動を再開し、日帰り研修会を行います。

また、健康づくりの場、憩いの場づくりとして毎週水曜日に前田野目公民館で健康100歳体操とかみかみ100歳体操を行っています。訪問したときの最高齢は女性が91歳、男性が88歳。みんな大きく体を動かしたり、舌を出したりと元気に体操をしていました。



健康100歳体操

前田野目秋フェスタ

全住民を対象にグラウンドゴルフと芋煮会が開催されています。例年、20代～70代の約20名が参加しています。新型コロナウイルスが流行する前はグラウンドゴルフが終わった後に、にぎやかに芋煮会を行っていましたが、今年も芋煮会は行わず、グラウンドゴルフのみ開催され、芋煮会の代わりに参加賞として参加者には豚バラ肉が贈られます。

花植え

5月下旬に老人クラブ「いきいきクラブ」、子ども達とPTAに分かれて花植えが行われました。いきいきクラブの花壇にはコキア、子ども達とPTAの花壇にはサルビアやメランポジウムなどの花を植えました。また、植えた後の水やりなどの管理もそれぞれで行っています。



いきいきクラブの花壇



子ども達とPTAの花壇

はやぐおっきぐなれの～!



- 1 親の名前から文字をとりました。
自由でのびのびと育てほしい。誠実で穏やかで周りに良い影響を与える人になってほしい。
- 2 お散歩が好きで景色や鳥など動くものを楽しそうに見ています。
また部落の人達が話しかけてくれると鼻にしわを寄せて嬉しそうに笑います。
- 3 いつの間にか“バイバイ”と“タッチ”が出来るようになっていました。
教わらなくても出来る事がどんどん増え、日々の成長を実感しています。



うら
齋藤 羽良ちゃん
(吉方)

令和4年2月6日生まれ
パパ：良^{りょう} ママ：翠月^{さつき}

- 4 ハイハイをするようになって少し目を離した間にごつんと頭を床や壁にぶつけてしまいます。
- 5 元気にすくすく成長してね。
これからいっぱい思い出をつくろうね。



Q1 名前の由来は? Q2 今一番の興味やはまってることは? Q3 最近記憶に残ったエピソードは?
Q4 パパママの失敗談(子育てあるある) Q5 パパママからのメッセージ

おらほの行事食



菊のお浸し

◆ 材 料

- ・菊 200g
- ・酢 大さじ1
- ・醤油 適量

【田の神上げ】

春に山を下った神が「田の神」となり、その勤めが終わる秋には山を登って「山の神」となるといわれています。田の神上げは、1年間田を守っていただいた神様に感謝し、田の神が山に帰るのを送る行事です。

◆ 作り方

1. 菊の花はヘタを取り、よく水洗いしてザルにあけて水気をきる。
2. 鍋にたっぷりのお湯を沸かし、酢(分量外)を入れて菊をさっと茹でる。
3. 茹で上がったザルに取り、水にさらす。
4. 苦味が取れたら、ザルにあけて水気を十分にきる。
5. 菊を器に盛り、酢と醤油を混ぜ、酢醤油を作り、菊にかけて完成。

◆ ポイント

- 菊の水分をきる際に強くしぼりすぎると酸味が出るので注意する。



余目第四幼稚園

よつばっこ通信



さあ、やってきたぞ！運動の秋だ！

好天が続いた今シーズンの秋。爽やかな秋の空のもと、色々な運動遊びを楽しみました。目標に向かって何度も挑戦する、諦めない気持ち、友達を応援し、励まし合う優しさ等、運動遊びを通して様々な経験を積み、さらにたくましくなった第四幼稚園の子ども達です。



前回りだって
へっちゃらさ♪

年中・年長
ながよしペアになって
「わくわくタイム」



名物！テカバンリレー

年長児のリレー
仲間のために
バトンをつなげ！



今年の運動会のテーマは「よつばっこの大冒険！お宝目指してレッツゴー♪」でした。子ども達は「**レッド海賊**」と「**ブルー海賊**」に分かれて、海賊の修行である様々な運動遊びに挑戦してきました。

<跳び箱ジャンプ>



<ロープ渡り> バランス感覚が養われ、握力もつきます！



余目第四小学校6年生

わたしが描く和合の里



つばき
長南 椿稀
【沢新田】

私の好きな「和合の里」は、笑顔あふれる和合の里です。自然やものを大切にしてきれいな景色を残す、元気にあいさつをしたり、みんなで仲良く遊んだり、みんなで協力し合う、地域の人に進んであいさつをする。そんな明るい和合の里を大切にしていきたいです。



しゅうすけ
齋藤 宗佑
【南野】

ぼくがこの先残していきたい「和合の里」は、きれいな山や川です。そして、その自然や生き物を大切にできる「和合の里」にしたいです。自分にできることを見つけて、みんなで自然を大切にして行けたらいいと思います。小さい子からお年よりまで、この和合の里で、明るく、元気に、楽しくすごしていければうれしいです。

わたしから見た和合の里



前 庄内町立余目第四小学校
講師 本間 紅美

いうこともあり、地域みなさんに会う機会が少なかったことです。もっとたくさんみなさんと、お話したかったなと思います。その機会がまた訪れることを、切に願っています。

わたしからみた和合の里。それは、『ふるさと』です。というのも、祖母の家が学区内にあるので、小さい頃からよく遊びに行っていました。堰でザリガニを捕まえたり、お祭りに参加したり、座敷から花火を眺めたり…。自然豊かな和合の里で、四季折々の美しさや楽しさを大満喫していたことを覚えています。大人になり、まさかその地でお仕事をさせていただけるとは思ってもいなかったもので、本当に嬉しかったです。田んぼが美しいこと、学校横の小川でザリガニ釣りができること、お米がおいしいことなど、昔も今も変わらないふるさとに素晴らしいと感じるとともに、いつ来てもホッとできる場所だと思っています。これからますます、豊かな自然にあふれ、ホッと安心できる和合の里であってほしいなと思います。

ご無沙汰しております。みなさん、お元気でお過ごしでしょうか？余目四小には、昨年度まで二年間お世話になりました。地域の方やおうちの方に、本当に温かく接していただきました。ありがとうございました。残念がございました。残念だったのは、コロナ禍と

畑にこんにちは！

小林 由紀子さん(連枝)

空気がひんやりとしてすがすがしい秋晴れの日。今回伺ったのは連枝の小林由紀子さんの畑です。

畑には食用菊、ししとう、ピーマン、ゴーヤ、大根、ほうれん草、ブロッコリー、カリフラワー、人参、青菜などの野菜が植えられていて、これからにんにくと玉ねぎを植えるそうです。

由紀子さんは今ある畑を荒らしてはもったいないと5年前から畑を始め、取材に伺った時期は午後3時から午後5時まで作業をしています。美味しい野菜を育てるコツは草取りと丁寧に育てることと話していました。また、ゴーヤの育て方は印象的で、支柱を立ててネットを張って這わせるのではなく、あんどん仕立てのように支柱を組み、ゴーヤを這わせていました。

畑をしていてうれしいことは日々自然にふれながら、成長している野菜を見ることだそうです。

収穫した野菜は自分たちで食べるほかに親戚やお知り合いにあげていて、どんな野菜も喜んでくれますが、収穫したにんにくで作る黒にんにくが特に喜ばれます。

畑以外には図書館に行くのが楽しみで、ジャンルは絞らず、面白そうな本を選んで読んでいます。

笑顔でお話しいただきありがとうございました。



白菜とキャベツが大きく成長していました



あんどん仕立てで育てています

人生100年時代

～季節を問わず

水分摂取を意識しましょう～

庄内町保健福祉課
健康推進係

栄養士 佐々木 愛李



暑さが和らぎ、快適に過ごせる日が増えてきましたね。

ところで、みなさんは普段どれくらい水分を摂取されていますか？

成人の場合、1日に飲料水から摂取する目安量は約1.2ℓとされています。水分摂取量の不足は、脳梗塞や心筋梗塞のリスク要因のひとつです。夏場や運動をする場合は、熱中症や脱水予防のために水分摂取を意識する方が多いと思いますが、涼しくなるこれからの時期も水分摂取は大切です。

例えば…①起床時 ②朝食時 ③昼食時 ④夕食時 ⑤家族との団らん ⑥入浴後 の計6回、200mlずつ水分を摂取して合計1.2ℓです。マイボトル(水筒)や普段使っているコップの容量を確認し、1日にどのくらい水分を摂取しているかチェックしてみましょう。

また、カフェインやアルコールには利尿作用があるため、これらを含む飲料は水分摂取には適しませんのでご注意ください。運動や入浴後にぐいっと一杯飲む時は、水かお茶にしましょう。





庄内警察署
菅原 直樹
(第四学区担当)

わごう駐在所

キノコ採りでの遭難防止

- 慣れた山でも家族等に行き先を必ず告げて、複数名で入山しましょう。
- 携帯電話を持って行き、居場所が分かるようにGPS機能を有効にしましょう。
- 携帯電話の電池切れに備えて、予備バッテリーも持って行きましょう。
- 道に迷ったら来た道に戻り、分からなければ見晴らしの良い場所で救助を要請しましょう。
- 急斜面は滑落しやすいので、ヘルメットや命綱を使用しましょう。
- 短時間の入山予定でも、食料や水のほか、天候の急変に備えて雨具や防寒着を準備しましょう。
- クマとの鉢合わせを防ぐため、クマ鈴、ホイッスル、ラジオ等を携行しましょう。



和合の里の取り組み

～「便利屋 わごう」スタッフ募集～



「便利屋 わごう」は令和元年に策定された和合の里振興計画の具現化のためにスタートしました。地域の支え合いで、高齢者の“1人暮らしでも2人暮らしでも”安心して住み続けることができる和合の里を目指して支援活動をしています。

「便利屋 わごう」では一緒に活動してくれるスタッフを募集しています。和合の里にお住まいの方であれば、必要な資格はありません。

活動内容は、日用品などの買い出し（買い物代行）、通院と見守り、日用品の買い物のお手伝いなど（移動支援）、その他、住居の清掃や片づけ、電球交換など（家事支援）です。

すこしでも興味を持った方は、和合の里を創る会事務局（☎ 44-2162 余目第四まちづくりセンター「和合館」）までお気軽にお問い合わせください。

和合の里の魅力あふれる 1 枚
稲種“亀ノ尾”選出者 阿部亀治記念

第4回和合の里 フォトコンテスト 入賞作品

■一般の部

●阿部亀治記念大賞



実る秋 明日も稲刈り日和
石崎 幸宏

稲杭を入れながら烏海山と夕景を主体に神秘的に撮影した写真、烏海山の雄大さを強く表現できた作品です。

●優良賞



ブランド米かかしも応援
押切 忠雄

●庄内町長賞



ロード輝く
兼古 哲也

●優良賞



四ヶ村獅子の雄姿
三浦 民雄

●優良賞



桜のトンネル
佐藤 正人

●和合の里を創る会賞



田植え前気力充実
大友 真樹

●優良賞



小出沼の桜 満開の美
兼古 哲也

●優良賞



桜と星と烏海山
齋藤 弘男

■小学生の部

●阿部亀治記念大賞



早起きした朝は別世界

加藤 大喜

小出沼の畔から朝靄と朝陽が薄らと浴びた鳥海山をきれいに収めた作品です。

●優良賞



春満開の小出沼

石崎 朝光

●庄内町長賞



小出沼からの春げしき

石崎 叶芽

●優良賞



桜、青空へ

石崎 朝光

●優良賞



花の四重奏

加藤 沙季

●和合の里を創る会賞



秋の庄内平野

石崎 叶芽

●優良賞



燃ゆる秋景色

加藤 沙季

●優良賞



朝日と小出沼

加藤 大喜

入賞作品は余目第四まちづくりセンターで11月22日(火)～11月30日(水)に展示します。
ぜひお越しください。

令和4年度地域啓発標語審査結果

余目第四小学校の児童を対象に地域啓発標語の募集を行い、このたび応募総数127点の中から最優秀賞1点、優秀賞5点、佳作3点が選ばれました。結果は次のとおりです。

最優秀賞「わたります きちんと手をあげ くるまにあいず」	志 田 あ さ ひ さん
優 秀 賞「うんてんちゅう けいたいみないで ぼくをみて」	はらだ り く さん
優 秀 賞「あいさつは 心をつなぐ 愛言葉」	石 川 こうせい さん
優 秀 賞「響かせよう 明るいあいさつ ぼくのまち」	大久保 蓮 さん
優 秀 賞「伝えよう 豊かな自然と やさしい笑顔」	加 藤 だい き さん
優 秀 賞「守ろう 和合の自然 未来へ引きつごう 和合の心」	穂 積 凛 おん さん
佳 作「あぶないよ とびだすまえに みぎひだり」	ほづみ り ひ ろ さん
佳 作「あいさつの バトンでつなごう みんなのえがお」	赤 谷 ゆ い さん
佳 作「届けたい 豊かな自然 未来にも」	佐 藤 そ ら さん



石川こうせいさんの標語「あいさつは 心をつなぐ 愛言葉」はのぼり旗にしてあいさつと声かけ運動の推進に役立てられています。

✿ 編集後記 ✿

先日、避難所運営研修会が開催されました。そこで被災したときに備え、3日分の食料と水を準備しておくことが望ましいという話しでした。3日分となると1人あたり、水3ℓと缶詰または調理しないで食べられる備蓄食料品（アルファ米や乾パン等）を9食分です。家族の人数分準備すると相当な量が必要なため、準備するにも時間が必要です。少しずつ災害への備えをしてみませんか。