



生い茂った草も草刈班がきれいに刈り上げました

食事の後はぞうきんがけピカピカにしました



▼歩いた 満喫した▼

～大栗田2里ウォークを開催～



歩いた後のご飯は「うまい」



完歩証を授与 頑張りました

▼11月8日(日)、門前せせらぎ公園から大栗田までの道のり(片道約7.5km)を歩く「大栗田2里ウォーク」を開催しました。これは山辺里地区の豊かな自然に触れながら、環境整備に関心を持っていただくきっかけになればと計画したものです。また、集落の枠を超えた助け合いの活動として、旧大栗田小中学校体育館の清掃や周辺の草刈りも行いました。▼当日は、スタッフも含め総勢62名の参加者が、門前のせせらぎ公園での出発式の後、ウォーキング班、草刈班に分かれてそれぞれ行動を開始。草刈班は、一足先に車で大栗田へ向かいました。

▼ウォーキングの道中は、子どもたちがカーブミラーに表示されている植物の名前を、すべて記入することにも挑戦。多くの植物の種類に自然環境の豊かさを感じていたようでした。また、時期的に見ごろの紅葉も満喫。落葉と前日までの雨で道路状況はよくありませんでしたが、休憩しながら全員ゴールの旧大栗田小中学校に到着。体育館でお弁当と熱い味噌汁をおいしくいただきました。▼閉会式では、まち協の大滝会長から完歩証が授与され、参加者の皆さんにとって充実した一日となりました。

さべりing



あふれる緑 つながる和 生き生きさべり



山辺里の元気を伝えよう

「山辺里地区の元気を伝えよう！」と調べ学習を進めてきた子どもたち。山辺里の地域資源を見つめ、10年後の未来を考えることにしました。

6つに分かれたグループワークでは、山辺里地区で撮影された人、自然、風景、催しなどの写真の中から「よい」と思うものを選び、「どうしてその写真をよいと思ったのか」「10年後はどうなっているのか」について意見を出し合い、「将来的にはどんな地域になって欲しいか」について考えをまとめました。今月号では、C・Dグループの考えを紹介します。



都岐沙羅パートナーズセンターの佐藤香さんに教えていただきました



【Cグループ】

愛梨、璃央、叶実、
琉星、世那さんが
「よい」と思った写真



【Dグループ】

唯那、夏弥、心美、
陽豊、咲空さんが
「よい」と思った写真

選んだ理由は…

- 山辺里のお米はおいしいから。
- そろそろ新米がとれて、お米がおいしい季節になるから。
- 子どもも大人も、みんなお米が好きだから。
- 水がきれいな山辺里は、自然が豊かで、きれいな景色だから。

10年後にどうなっている…

- 近くに店が出来て、米などを売って大繁盛している。
- 自然は変わらず、田や畑はきれいなまま。
- 人が増えて、農家も増えて、田や畑も増えている。
- 平地が増えて、田が増える。
- 隣の田んぼは、家になっている。
- 人が増えて、ビルなどがいっぱい建って、田や畑は減っている。
- 新しい稲刈り機が出来て、たくさんお米がとれるようになる。
- とれた米が、米粉になって、そこからパンや麺、お菓子などのいろいろな姿に変身している。

選んだ理由は…

- みんなで協力しているから。
- 笑顔で、頑張って花を植えているから。
- 花を見る人のために、ていねいに植えているから。
- 花を見てくれる人の気持ちを考えているから。
- 花を植えると、山辺里が元気に、きれいになるから。

10年後にどうなっている…

- 子どもころに花を植えたことは、みんなが覚えている。
- 大人になっても、花を植えて協力している。
- 新しい花が植えられて、きれいに咲いている。
- うれしい気持ちが、次の人につながっている。

Dグループの子どもたちは、元気なまちに、花は欠かせないと話し合っていました。10年後には、大人になっても協力している姿があり、より花いっぱいの山辺里のまちの様子が目に浮かびます。「うれしい気持ちが、次の人につながる！」なんて、大人顔負けの名言ですよ。

Cグループの子どもたちは、山辺里の自然の豊かさが、おいしい米につながっていると話し合っていました。10年後の予想からは、地区内の人口増、農業の機械化の進展、※6次産業化の可能性など山辺里の明るい未来を感じました。



3年担任

山辺里小学校の3年生の考えは、前向きで、笑顔になるものが多かったと思います。来月号でも、「山辺里の元気！」をお届けしますので楽しみに！

※6次産業化…生産者（1次産業者）が加工（2次産業）と流通・販売（3次産業）も行い経営の多角化を図ること

1次 × 2次 × 3次 = 6次産業

農林漁業

工業

商業

さべり 地区の話題

集は、集落活性化補助金を活用して実施した各集落の活動です。報告いただいた内容を掲載しています

門前感謝祭

令和2年11月1日(日) ー門前全域ー 90人参加 集

▼今年の門前交流会事業は、コロナウイルスの感染防止のために集会方式から、ハロウィンにあやかり感謝祭として皆さんのお宅に子どもたちが仮装して回り、お届け物をすることにしました。▼当日は、海賊に仮装した子ども2人、魔女に仮装した女の子1人、ドラキュラに仮装した女の子1人、ゾンビに仮装した男の子1人の計5人で4班に分かれて、門前区71戸にジュースやお菓子、ラーメンなどの品物を配って回りました。また、1等、2等、3等各1本、4等10本、5等10本の景品を用意してスタッフで抽選会を行い、門前公民館だよりの中で当選者を発表。密な状態を避けるため、後日公民館に景品を受け取りに来てもらうようにしました。▼仮装した子どもたちが各家庭を回ることによって全員が一堂に会する交流には及びませんでしたが、それぞれのお宅との交流はできましたので、区民の皆さんには楽しんでもらえたと思っています。仮装してくれた子どもたちと公民館運営委員のスタッフに感謝申し上げます。



紅葉狩り(高平)

令和2年10月18日(日) ー雲母温泉ー 20人参加 集



▼紅葉には少々早かったですが、紅葉狩りには最高の晴天でした。迎えに来たバスの運転手さんが外の景色をよく眺められるように、少し遠回りをしながらゆっくりとバスを走らせてくれ、雲母温泉へ行きました。▼今年はコロナウイルス感染の影響により春の花見も夏の納涼祭も中止を余儀なくされ、今回も開催するかぎりぎりまで迷いましたが、各所で運動会や文化祭等の行事が縮小体制ではありますが、行われるようになり、当会も感染に十分注意して開催することにしました。▼久々に区民が顔を合わせ、近況報告から思い出話、当区の展望と会話は尽きませんでした。▼今後も安心して心豊かな生活を送るためにお互いの協力が必要なることを認識し合うことができ、意義のある一日となりました。

TOPICS ~さべりのけしき・ひと・できごと~

はっしん委員会では、山辺里地区の魅力や旬な話題をシリーズで紹介していきます

伝統野菜 西興屋の「れんこん」

冬の味覚 西興屋のれんこん収穫

▼数少ない山辺里地区の伝統野菜のひとつに、「西興屋のれんこん」があります。戦後にはすでに栽培されていたといわれ、現在に至っています(由来など詳細は未調査)。かつては、多くの農家で栽培されていたようですが、現在は高齢化のため数戸のみの栽培・販売とのことです。▼西興屋のれんこんは、シャキシャキとした食感と歯触りとこくがあるのが特徴です。栽培の特徴のひとつは、晩秋から掘取り、出荷しますが、水のない畑かられんこんを掘るのは、機械化が難しく、全て手作業です。収量は多くありません。▼掘ったれんこんは六斎市や



直売所などで販売されていて、こだわりのある人には根強い人気があります。貴重な山辺里地区の伝統野菜をいつまでも守ってほしいものです。



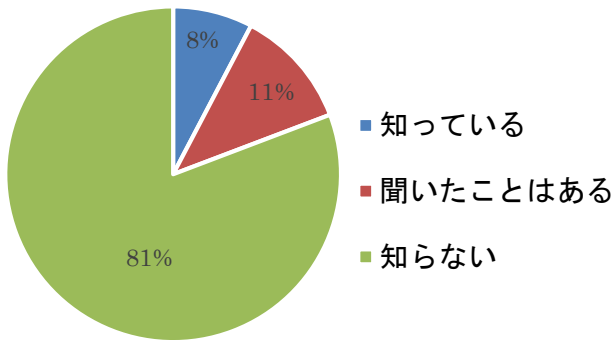
フレイル知っていますか？



山辺里地区のみなさんこんにちは。みなさん「フレイル」とは何か知っていますか？先日山辺里地区文化祭で来場者のみなさんに聞いてみたところ、「知らない」という方が多かった(グラフ1)ので、今回は「フレイル」について紹介します。

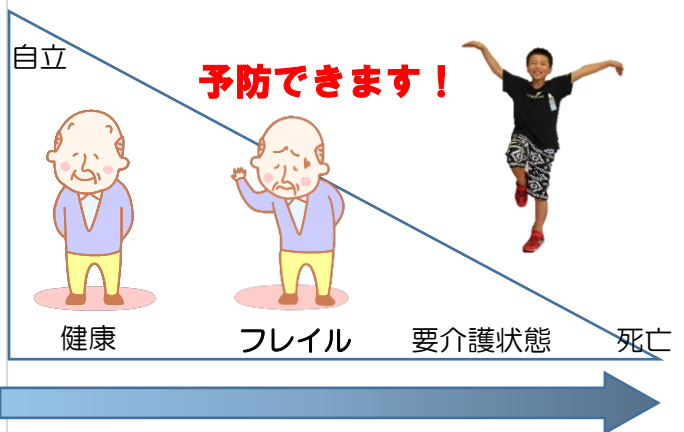
フレイルとは「加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態」のことで、簡単に言うと「健康と要介護の間の状態」(表1)です。最近億劫に感じるが増えた、転びやすくなった、体重が減った等はフレイルのサインかもしれません。でも安心してください、フレイルは「予防」することができます。早期からフレイルのサインに気づき、予防することが、健康寿命の延伸につながります。今後の保健師通信でフレイルの予防策も紹介していきたいと思ひます。

グラフ1 フレイル知っていますか



R2. 10. 25 山辺里地区文化祭アンケート

表1 フレイルとは



山辺里地区担当 保健師 菅原 小熙 (電話 53-2111 内線 2441)

▽ 今後の予定 ▽

- ～12月25日(金) クリスマス イルミネーション
- 12月17日(木) 盆踊りプロジェクト
- 12月22日(火) 地域交流部会
- 12月29日(火)～1月3日(日)
村上農村環境改善センター休館
- 1月14日(木) 第3次まちづくり計画研修会

▼今年も山辺里地区の皆様には大変お世話になりました。コロナ禍により、まち協の事業も中止や縮小を余儀なくされるなど大変な年となりましたが、感染が一日も早く収束し、日常生活が戻ることを願っております。▼これから本格的な冬を迎えますが、健康に留意され、良いお年をお迎えください。令和3年も、どうぞよろしくお願いいたします。

《改善センター職員一同》



▼11月29日(日)、農協下の親水公園にある記念植樹の冬囲い作業をまちづくり協議会の役員、専門委員で行いました。この記念植樹は平成26年の林業振興祭で山辺里小学校の児童が植えたものです。▼作業には、13名が参加。竹の添え木を立て、雪で倒れないように荒縄などで結びました。1時間ほどの作業で、記念植樹の冬支度も整いました。

記念植樹を冬囲い

