山辺里地区まちづくり通信

ー第　１４０　号ー
2023 年 12 月 15 日発行
山辺里地区まちづくり協議会

▼まちカフェ第２弾！！　『ぼたもちカフェ♪』▼

▼11月29日（水）にまちづくり協議会安全安心部会主催の「ぼたもちカフェ」が開催されました。▼このカフェは、「のびのび健康プログラム」として年間を通して展開している、地域みなさんが楽しく繋がる場所として開催しています。特に難しいテーマはなく、美味しいもの食べて、しゃべって、歌って、笑って、そんな楽しいカフェです。▼これからも順次開催していきます。どうぞ、お気軽に参加ください。

さべりing

あふれる緑　つながる和　生き活きさべり

事務局：村上市市民課山辺里地区担当　浅野・佐藤　所在：村上市日下 993-1 TEL/FAX：0254-53-2715
HP: http://www.sabering.net　　E-Mail：info@sabering.net

さべり 地区の 話題

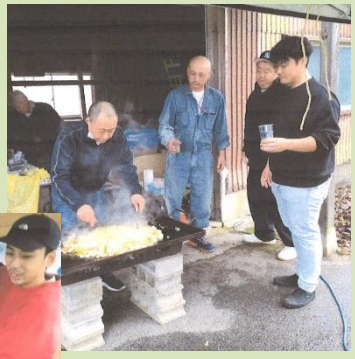
下相川「収穫祭」 令和５年10月15日(日) ー下相川集落センターー57人参加集

▼稲刈りを終えた10月15日に「収穫祭」を４年振りに開催しました。▼朝から小雨模様のあいにくの天気でしたが、子供たちも大勢参加してくれました。▼子供たちと一緒に新米のもち米を臼と杵でつき、きな粉や餡子にまぶして美味しく頂きました。▼焼き鳥やオードブルと、ビールで喉を潤してから、全員参加のビンゴゲーム大会をスタートしました。▼ビンゴマシンを回して数字が呼び上げられる度に、「リーチ」や「ビンゴ」の声が上がり、お目当ての景品を次々にゲットしていきました。▼まち協からお借りした綿あめ機では、子供たち自身が様々な色のザラメで綿あめを作って楽しんでいました。▼来年は年配の方にも大勢参加してもらえるように、更に工夫を凝らした行事を企画したいと思います。

高平「紅葉狩り」 令和５年10月15日(日) ー関川村雲母温泉寿荘ー13人参加集

▼先日関川村へ毎年恒例の集落行事、紅葉狩り(日帰り温泉旅行)へ行ってきました。▼今回は参加出来ない方が多く、大人13名と例年に比べ少ない人数でしたが、景色を眺め温泉で温まり、お酒や旬のごちそうを味わいながら、様々な話題で楽しいひとときを過ごす事ができました。▼旅館でくつろぎ、帰りには道の駅でそれぞれお土産を買ったりと、充実した１日だったと思います。
▼年々参加人数が減ってしまいそうですが、できる限り続けたい集落行事の１つです。

日下「日下区民親睦会」 令和５年10月15日（日）ー日下集落センターー70人参加集



▼去る10月15日(日)に日下集落恒例の親睦会が開催されました。残念ながら天候に恵まれることは出来ませんでしたが、新型コロナウイルスによる行動規制等で４年ぶりということもあり、小雨降る足元の悪い中を約70名も集まってもらう事が出来ました。▼親睦会を成功させるため、前日から実行委員各担当者を中心にポン菓子及び玉コンニャクの仕込みと焼きそば・豚汁用の材料の切り分け等を行いました。また当日の会場設営など日下集落一丸となって準備を行った結果、無事に親睦会を開催することが出来ました。▼終了後の反省会／慰労会も参加者多数と、反省点や提案等様々な意見も出て、次回に繋げる実のある時間だったと思います。

赤沢「赤沢集落グラウンドゴルフ大会」 令和５年10月29日(日) ー集落センターー周辺ー20人参加集

▼前日からの大雨により当日開催が危ぶまれましたが、朝方から天候が回復したことで無事に集落グラウンドゴルフ大会が実施できました。▼新型コロナウイルス感染症の影響により４年振りの大会となりましたが、開始早々にホールインワン達成者が出るなど参加された皆さんブランクを感じさせないプレー振りでした。▼表彰式及び交流会では閉会迄おおいに盛り上がり、参加者の親睦が図れました。▼参加された皆さんご協力有り難うございました。

菅沼「秋の収穫祭」 令和５年10月29日(日) ー菅沼公民館ー55人参加集

▼10月29日(日)14時30分より、今まで新型コロナで中止となっていた収穫祭を４年振りに開催することが出来ました。▼当日は雨でしたが、小さいお子さんからお年寄りまで、総勢 55 人の方に参加して頂きました。▼婦人部は菅沼で収穫された、新米を使った炊き込みご飯や地元野菜等々を使った豚汁の提供、消防団の方々には雨の中、屋外で焼き鳥・フランクフルト・玉こん等を担当してもらい、どれもこれも美味しく頂きました。▼そして豪華？景品が当たる抽選会も行われ、お子様からお年寄りまで大喜び？更に高橋市長もお忙しい中、特別参加で駆けつけて村民との交流を深めて頂き、４年振りに村民同志の楽しい交流を図れることが出来ました。

～さべりのけしき・ひと・できごと～

発掘・発信部会では、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

～ 独特の味、香りと風味のトチもち ～

手作りトチ大福

餡もち

正月の伝統的な食べ物に餅があります。そのひとつにトチもちがあります。今では、トチもちはスーパーなどでいつでも買えますが、自宅でトチもちをついていたものです。その材料となるトチは、さべり地区でも高齢化のため、作れる人は数えるくらいしかいなくなりました。

トチの作り方(トチのねかせ方、アク抜き法)の基本形は、①秋に山から栃の実を拾って来て、②虫出し等のため水に数日浸した後１カ月程度カラカラになるまで天日干します。③乾燥した栃の実を使用するだけ、水に浸し剝がれやすくなったら、木槌や専用の道具などで皮を剝いて、④栃の実の形が崩れないように気を付けながら、皮剝きした栃の実を鍋で煮ます。⑤この作業を水がきれいになるまで何回かくりかえし、最後に灰を入れ、アク抜きして仕上げます。各人自分に合った方法を見つけてやっているようです。詳しい作り方は、朝日地区の縄文の里で、毎年講習をしているようですので、興味のある人は参加してみるのもいいでしょう。

手づくりのトチや買ってきたトチで作ったトチもちは、甘味料との相性がよく、トチ大福や餡やきな粉をからめて食べるのが普通です。

トチもちは、特別な栄養や機能性があるわけではないようですが、独特な味や香り、風味のある伝統食です。この伝統食を食の文化遺産として継承していきたいものです。

乾燥した栃の実

アク抜き中の剝き栃の実

仕上がったトチ

大田保健師の ✚保健師通信✚

～地区担当変更のごあいさつ～

旧担当より

私事ですが、12月から産休に入り、山辺里地区の担当を田村保健師へバトンタッチすることとなりました。「もう少し山辺里地区を担当していたかったなぁ」と寂しい気持ちです。力足らずだった部分も多々あったと思いますが、温かく迎えてくださり、本当にありがとうございました。本来であれば、もう一度直接お会いしたい方がたくさんいますが、紙面での挨拶となり申し訳ありません。これからも山辺里地区のみなさんの健康を祈っています。　　保健師　大田小熙

新担当より

みなさんこんにちは。12月から、大田保健師に代わり山辺里地区を担当することになりました、保健師の田村です。地区のことは分からないことばかりですが、皆さんに色々お聞きしながらやっていきたいと思います。
どうぞ気軽にお声がけください。
よろしくお願いします。

保健師　田村眞砂子

田村さんへバトンタッチ★

はじめまして 山辺里っ子

新生児訪問でお伺いした地区の赤ちゃんをご紹介します。

池田有咲（ありさ）ちゃん
＝日下＝

村上市保健医療課 健康支援室　山辺里地区担当保健師 大田小熙（おおたさき）　TEL:53-2111【内線 2441】

健民少年団山辺里地区隊 活動報告

歳末たすけあい募金活動

▼１２月９日（土）に「歳末たすけあい募金」活動を、ウオロク村上店・ウオロク村上東店様のご協力をいただき行いました。▼最初に募金活動について簡単な学習と募金を呼びかける「うちわ」を作成し、呼びかけの練習をしました。▼班に分かれてウオロク各店舗へ徒歩で移動しましたが、１２月には珍しく好天に恵まれたため団員の足取りも軽やかでした。▼到着後は徒歩の疲れもみせず、元気いっぱい募金の呼びかけを行いました。「山辺里の名前が聞こえてきたからには協力したい！」と戻って来て募金してくださる方もいらっしゃいました。▼村上農村環境改善センターに戻り、班ごとに効率の良いお金の数え方を相談しながら集計したところ、計２８,９７１円の募金が集まりました。ご協力いただいた多くの皆さまに心より感謝申し上げます。▼昼食後は指導員が講師となり、シルクフラワーで作品を作りました。作業中、繭玉からサナギが出てくるたびに悲鳴が上がりましたが、細かな作業になると夢中で作業に集中していました。▼今年最後の活動でしたが、みんなで楽しめた活動でした。次回は、２月に本団活動「スキー・スノボ活動」の予定です。真冬の活動になりますが、体調を整えて、山辺里地区隊らしく元気に明るく活動しましょう！

▼山辺里地区の皆様には、今年も大変お世話になりました。これから冬本番を迎えます。皆様方には、健康に留意され、良いお年をお迎えください。
令和６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≫

「大好きさべり」と友達になろう！！

下記のアカウントに友達追加して、山辺里地区の最新情報をチェックしよう！！

友だち追加　Instagram　facebook