

茅広江の郷だより

令和2年2月発行 No.18
発行責任者 高橋 敏信

また今年一二月二〇日には、松阪市で初めてのフルマラソン「みえ松阪マラソン」が開催されます。松阪を全国に発信する大切な大会です。皆さんの応援をお願いします。



茅広江の郷だより発行にあたり、一言ご挨拶を申し上げます。平素は、茅広江まちづくり協議会活動に対し、ご支援ご協力を賜りありがとうございます。節分が過ぎ二月九日(日)、ふれあいマラソン&ウォーキング大会を開催しました。寒い日でありましたが晴天に恵まれ、保育園児から高齢者の方々、地域の皆さんの参加を頂きありがとうございます。日頃の体力づくりと地域との交流を深めて頂いたことと思います。

◇令和元年度(平成三十一年度)の茅広江まちづくり協議会活動の一部を写真で紹介しています。どのような活動をしているのか皆さんに知っていただき、健康づくりはもち

令和二年二月吉日
茅広江まちづくり協議会
会長 高橋 敏信

また、コロナウイルスの感染が、国内、世界の各国で拡大しています。新型コロナウイルスの犠牲者も増えてきています。先ず予防は「手洗い」「うがい」を徹底することが基本であり、更に不要不急の外出は、しばらくは避けるようにと云われています。注意してください。

茅広江まちづくり協議会では、地域の皆様の一人ひとりが住み慣れた所で、安心して暮らすことのできる「まちづくり」に、皆様と共に取り組んでまいるところです。

今後とも、より一層のご協力とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

今年度も二回のグラウン

グラウンドゴルフ大会
六月一日 一〇月二六日



健康ウォーキング
五月二日 一月二日

健康づくりと参加者の親睦を兼ねて、丹生大師までのウォーキングを行いました。一回目は一七人、二回目は一六人の参加がありました。四キロのコースを約一時間かけて歩きました。丹生大師ではおいしい甘酒を頂き、新しくなった山門や回廊を見てその後、ふれあいの館で昼食をとりました。

健康ウォーキング
五月二日 一月二日

ドゴルフ大会を行いました。それぞれのホールでは和気あいあいの雰囲気です。競技しました。毎週火曜日には、下茅原の公民館駐車場でクラブの活動があります。参加や見学も歓迎します。楽しくワイワイ言いながら活動しています。参加してみませんか。



地区市民体育祭
一〇月一三日

地区市民体育祭をつばな保育園運動会と一緒に行ないました。地域の人々、保育園児、小学生、中学生、保護者が競技に参加頂き、楽しく過ごしました。

今年の総合優勝は下茅原、リレー優勝は広瀬という結果となりました。参加者の皆さん、実行委員の皆さんありがとうございました。

特集 茅広江の野に咲く花など(薬草)

No.10

2020.2



○ **アケビ** 花：4~5月
茎は蔓になって他物に巻き付く。山地の涼しい場所に自生する落葉樹。花の色は暗紫色。若芽、果実は食用になる。**利尿、抗炎症等。**



○ **アザミ** 花：春~夏~秋
日本だけで約60種類もある。葉は羽状に裂け、縁に棘がある。別名刺草。花の後はタンポボミみたいな種になる。**利尿、神経痛、整腸。**



○ **アゼムシロ** 花：6~10月
全国に分布、道端や田の畦など湿地に自生、多年草。赤紫色の花を咲かせる。水田雑草の一つ。別名ミゾカクシ。**利尿、腫瘍等。**



○ **スギナ**
ツクシ：春日本全国に分布する。山地、道端等、日当たり良い痩せた土地を好む。春にツクシという胞子茎をだす。**鎮咳、利尿作用。**



○ **スイパ** 花：5~8月頃
道端、やや湿った野原などに生える多年草。若い芽は食用になる。根は黄色くて太い。別名ギンギン。**下剤、液汁はたむし水虫等。**



○ **スイカズラ** 花：5~6月
日本に広く野生。常緑、半常緑の低木。木質の蔓で、茎は分岐し、他の植物に絡みつく。**解熱、利尿、抗炎症に効果、漢方薬に利用。**



○ **ドクダミ** 花：5~6月末
毒を止める効果があることから命名。多年草。道端のちょっとした所に群生。花は十字型で白い。特有の臭気。**解毒、ちくのう症等。**



○ **タンポポ** 花：3~5月末
どこでも見かける。多年草。花は朝に開き、夕方に閉じる。花のすぐ真下がめくれているのが西洋タンポポ。**利尿、貧血、解熱等。**



○ **ウツボグサ** 花：6~8月
日当たりのいい草地に生える。夏、紫色の唇状の花が咲く。ハーブティ、食用として。**消炎、利尿、口内炎等。**



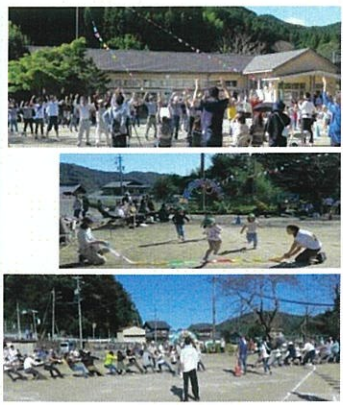
○ **ハハコグサ** 花：4~6月
春の七草の一つ。荒地、道端、田畑等に普通見られる。柔らかい薄緑色の葉の先に黄色の花が粒々になって咲く。**利尿、去痰作用等。**



○ **フキ** 花：2月~3月末
山の斜面、林の隙などに多く見られる多年草。冬に黄色い花をつける。薔の莖は天ぷらにするとおいしい。**食欲増進、咳止め、解熱等。**



○ **チガヤ** 花：5~6月
川原や野原で群生。初夏、白い毛を密生した花を咲かせる。若い花穂を茅花(つばな)と呼ぶ。甘味がある。**利尿、消炎、止血等。**



健康料理教室

六月二十八日 一〇月二四日
二月一三日

食生活改善推進員さんにお世話になり、今年も三回行いました。健康に関する話を聞いた後、レシピに従ってグループで調理しました。出来上がった料理を食べながら話が盛り上がりました。自宅でやってみようという方、レシピが市民センターにあります、お問い合わせ下さい。



花の慰問活動

六月五日 一二月四日

植えました。

一月、特に大きな被害も無く、無事サツマイモが実り、一月一日に保育園児によるイモ掘りを行いました。五人が参加、大喜びでありました。一〇日には部会員による残りのイモの収穫を行い、ふれあいまつりでの焼きイモの販売に活用しました。



ふれあいまつり

一二月二四日

今年もたくさんの方々に来ていただきありがとうございます。保育園児・小学生、趣味サークルや地域の方々の作品の展示、農産物の品評会と即売、豚汁、焼きそば、焼きイモ販売、日用品バザー、フリーマーケットまた工作コーナー等、たくさんの方で盛況のうちに終わることができました。皆さんありがとうございました。

六五歳以上の一人暮らしの方、寝たきりの方に、花の寄せ植えを贈って慰問する活動をしました。



茅広江ひまわり会活動

八月八日 二月一九日

高齢者の会「茅広江ひまわり会」は茅広江の皆さんが健康づくりや交流を通してお互いに親睦を図ろうと活動しています。

八月は松寿園で健康づくりについて話を聞いたり運動をしたりしました。二月は伊勢市の防災センターを訪問、地震や火事などへの対応について「見て」「体験」、学習してきました。その後、五十鈴川を見ながら昼食、周辺を散策しました。皆さんも是非参加下さい。



三地区合同放水訓練

七月二一日

今年度の茅広江全体に関する活動について。

安全防災関係の計画として消防ポンプによる放水訓練を広瀬町の櫛田川川原にて実施しました。消防団茅広江分団の指導の下、各地区の防災隊消火班の方々に消防ポンプやホース・筒先の扱い方、「放水始め」、「放水止め」の合図の仕方などを覚えて頂き、安全に確実に消火活動ができるようになることを目指しました。参加者総数は五四名でした。



花いっぱい運動

七月二一日 一二月八日

七月は、夏から秋にかけて咲くニチニチソウを放水訓練の後に、一二月は冬から春

今年も昨年に引き続き、雨等により川が増水、川遊び・生き物調査ができなくなりました。

代わりの活動として、下茅原公民館でマジックシヨウ、レクレーションゲーム、ビンゴゲーム・、屋外では飯ごう炊飯体験、すいか割り等を行いました。お昼は全員でカレーライスを頂き、子どもたちの元気で大きな声が館内に響きわたっておりました。七十二人(子供は二九人)が参加しました。



夏休み子ども料理教室

八月二四日

お家の人とお友達と一緒に子ども料理教室を開催しました。二六人が参加。

最初に健康ゲーム、そして調理はもちろん、出来上がった料理を食べながらの話も大変盛り上がりおりました。

にかけて咲くパンジーを炊き出し訓練の後にプランターに植え付けました。花への水やり等お世話になります。水やり等お世話になります。水やり等お世話になります。水やり等お世話になります。



非常炊き出し訓練

一二月八日

一二月の清掃奉仕活動の日には、毎年恒例の炊き出し訓練を、各地区防災隊給食給水班と協力して行いました(炊き出し訓練の参加者三名)。炊き込みご飯は、各地区の清掃奉仕活動に参加された皆様に味わって頂いたことと思います。



水質調査

一二月二日

今年度は、新しい試みとし

た。メニューは「三色おにぎり」他二点を作りました。



相可高校料理教室

一二月三日

相可高校食物調理科の村林先生のご指導、生徒の皆さんのご支援を頂き料理教室を行いました。三一人参加。

今回は先生がスペイン出張から戻られて間もないとことで、急遽スペイン風メニューに変更となりました。今更ながら生徒の皆さんのスピーディな動きに感心し、美味しい料理を頂きました。

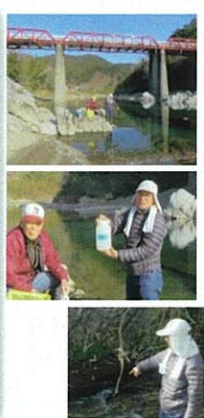


教養講座

一二月五日

かつて、松阪駅からこの茅

で、六呂木川と櫛田川の水質調査を行いました。まちづくり協議会会長と公民館館長、部会長の三名で六呂木川(保育所横)と櫛田川(六呂木川合流点の少し上流)の二カ所で採取し、業者に水質検査を依頼しました。検査項目は生物化学的酸素要求量(BOD)や溶存酸素量(O₂)、大腸菌群数などで、結果は二地点とも比較的良好な水であることが解りました。



サツマイモの栽培

六月二日 一二月一日、一二月一〇日

今年度は、新しい試みとして、比較的的安全と言われる畑をお借りすることができました。また所有者の方によるトラクターでの耕耘のお世話を頂き、六月初め保育園の先生及び部会員(一五人)により三〇〇本のサツマイモ苗を

広江を通り大石駅まで電車(通称松電)が走っておりま

した。今回は、懐かしい「松電」について「松電物語」(茅広江編)を、現在と当時の映像を対比、お話しして頂きました。三十八人が参加、懐かしいひと時でした。



音楽鑑賞会

一二月六日

今年度は、飯南のビックバンド「飯南バンドWINDS」に出演頂きました。演奏者四人、来場者は五三人。

心に響く懐かしい曲、迫力の演奏、また皆さん全員による合唱、生バンドをバックにカラオケに挑戦する場面もあり、楽しいひと時でした。

