

宇気郷 住民協議会だより 公民館だより 9月号

発行：宇気郷公民館 ☎35-0014
令和2年9月1日発行

令和2年度 「宇気郷地区敬老会」について

今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大に伴う影響を考慮し、例年どおりのイベントは【中止】となりましたが、9月19日～9月22日の間に75歳以上の地域の皆様に記念品を配付することになりましたのでよろしくお願いいたします。



はるる「健康相談・健康講話」のご案内

今年も、「健康センターはるる」の保健師さんたちが宇気郷へやって来ます！気軽に参加してくださいね。

日時：令和2年10月6日（火）
内容：健康相談・健康講話・血管年齢測定

時間	場所
午前 9時～	後山町集会所
午前 10時30分～	みんなの店
午後 1時30分～	与原町集会所



買い物支援（買い物バス） アンケート調査のご協力のお願い

宇気郷住民協議会では、買い物支援の取り組みとして「買い物バス」が運行されています。今後も地域の皆様が安心して暮らすことができるよう、買い物バスの在り方について一緒に考えていきたいと思っておりますのでアンケート調査のご協力をお願いします。

よろしくお願いいたします。

9月の行事予定

3日(木)	午前9時～	ゲートボールクラブ	宇気郷地区市民センター
16日(水)	午前10時～	蘭宇気白神社「秋の例大祭」	蘭宇気白神社
17日(木)	午前9時～	ゲートボールクラブ	宇気郷地区市民センター
19日(土) ～22日(火)		敬老会 記念品を配付	
20日(日)	午前8時～	うきさとむら 早起き市	うきさとむら
23日(水)	午前9時～	手芸サークル	宇気郷地区市民センター
	午後7時半～	住民協議会運営委員会	

9月・10月のお買物バス運行予定

9月 4日(金)・9月 8日(火) | 10月 2日(金)・10月 8日(木)
9月15日(火)・9月24日(木) | 10月13日(火)・10月20日(火)
9月29日(火) | 10月29日(木)

※時間などの詳細情報は、別配布のお知らせを必ずご確認ください。
※このバスは年齢や運転の出来る、出来ないに関わらず、宇気郷地区にお住まいの方ならどなたでも利用できます。お気軽にご利用下さい。



《地域行事のお知らせ》

蘭宇気白神社より「秋の例大祭」のお知らせ

日にち：令和2年9月16日（水）
時間：午前10時～

※当日、お参りに来られる方はマスクの着用をお願いします。



今年は「国勢調査」の年です ご協力をお願いします



9月14日（月）から、国から任命された調査員が、世帯を訪問し、世帯主の氏名とふだんお住まいの人数を確認させていただきます。

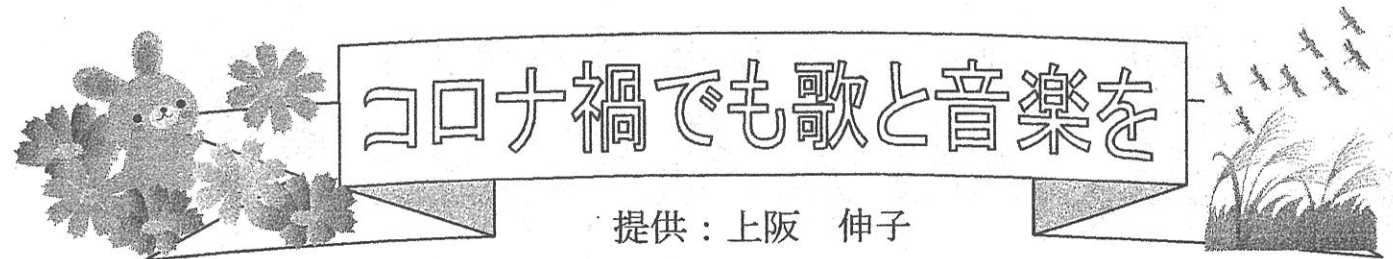
調査票は対面配布または郵便受けに配布しますので、回答をお願いします。

○インターネット回答期間 9月14日（月）～10月7日（水）

○紙の調査票での回答期間 10月1日（木）～10月7日（水）

ピアノコンサートが開催されました

8月3日(月)市民センターで住民協議会主催のピアノコンサートが開催され、ソプラノ歌手 杉本佳代様、ピアノ演奏 野呂明音様による美しい音楽をたっぷり楽しませていただきました。ご参加いただきました皆様ありがとうございました。



提供：上阪 伸子

厳しい残暑が続いていますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？新型コロナウイルス感染症は、夏であってもとどまることなく、外出時にはマスクが手放せません。引き続き感染予防に努めましょう。

そんな中、先月(8月3日)、市民センターで住民協議会主催のコンサートが開催され、ソプラノ杉本様、ピアノ野呂様による美しい音楽をたっぷり楽しませていただきました。柚原・与原小学校の廃校に伴い、堀坂山の家に収納されていたピアノが、今年、市民センターへ2台仲良くやって来たのだそうです。野呂様の演奏されたピアノは、長く眠っていたとは思えないほど新鮮な音色で、杉本様の遠くまで透き通るような美しい歌声と共に山里の隅々にまで届けられている思いで、聴かせていただきました。ありがとうございました。

★こんなに重要！歌と音楽★

歌うことで、**ストレスが軽減**したり、**お口周りの筋肉の低下が防げる**ということはこれまでも、お話をさせていただきました。日本音楽健康協会から発行されている通信が、さらに興味深い効果を期待しているとのこと。ご紹介させていただきます。

歌と音楽が健康寿命の延伸に効果的

- ♪**認知症の予防・改善**・・・昔の歌を聞いて当時のことを思い出す。
歌詞を見て理解する。(記憶学習能力が向上する。)
- ♪**ウイルス侵入の抑止**・・・歌うことで唾液(だえき)分泌を増やす。唾液には、細菌やウイルスが体内に入ることを防ぐ働きをもつ成分が含まれている。唾液で口の中の乾燥を防ぐことで風邪や肺炎も防げる。

コロナウイルスに直接効果的であるかどうかは、分かりませんが、風邪や肺炎などに、ある程度の効果は期待できるとのこと。ほんのわずかな時間でよいです。飽きずに「**毎日継続して続ける**」ことが**健康寿命の延伸にもつながっていく**ということですので、ご参考になさってください。

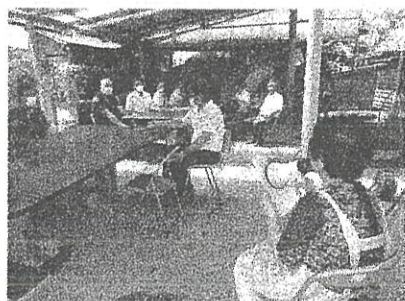
★気持ちをつなぐお盆になりました★

今年は盆踊りの代わりに「夕涼み会」が開催され、ラモシオンさんのライブとファイアーダンスで盛り上がったと渋谷所長さんから伺いました。

皆さまへのご報告が遅れましたが、実母が5月29日に死去し、15日は初盆送りとなりました。亡くなる1週間前に入院し静かに息を引き取りました。私事ではありますが、今年4月から市役所へ異動し、母の最期を看取ることもできました。享年91歳。最後まで家族へのあたたかい思いにあふれていたとお参りに訪れた方々になぐさめていただきました。1年前に皆さまの宇気郷に二人で出かけられて本当に良かったです。これからもどうぞよろしくお願いいたします。ありがとうございました。

大台町議会議員が宇気郷を視察訪問

8月19日(水)大台町議会議員7名が「小さな拠点」をテーマに宇気郷に視察にみえました。当日は宇気郷住民協議会の役員8名が出席し、2時間にわたり地域の取組について熱い議論を交わしました。午後にはうきさとむらとみんなの店を視察され、西井玉枝さん、千賀直美さんが地域の取組状況についての説明をしました。出席していただいた役員の皆様お疲れ様でした。



柚原夕涼み会が開催されました

今年は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、柚原・後山合同の「盆踊り大会」は中止となり、その代わり8月15日(土)みんなの店で「夕涼み会」が開催されました。ファイアーダンスやラモシオンのミニライブが行われ、楽しい一夜になりました。

前日から会場の準備にご協力いただきました役員の皆様、ありがとうございました。



与原町 レンゲ畑のあとにソバの花が咲きました

今年の5月にレンゲの花が咲いた田んぼ。その後、長谷川裕実会長がソバの種をまいたら、真っ白な花が咲きました。当初、地域を盛り上げようとレンゲの種をまいてくれた丸下宏和さんを偲びながら、今後は地元住民と協力しながら、こういった場所を増やしていけば・・・と願います。

