

ふるさとだよ

よしき

FURUSATO DAYORI YOSHIKI



吉敷の木
「もみじ」

吉敷の花木
「うめ」

吉敷の草花
「マリーゴールド」

吉敷の草花
「サルビア」

2023

9

No.810



かわいい売り子が登場!
よしき夏まつり



こっちに投げてー!! 大人も子どもも大興奮!
よしき夏まつり アメまき



大内の〜お殿様〜♪
樽を中心に伝統の盆踊り
よしき夏まつり



迫力満点! 魅了された風潮太鼓
よしき夏まつり

CONTENTS

インフォメーション..... 2

【トピックス●】

みんなで見守り、支え合い
誰もが安心して暮らせる吉敷に..... 3

【トピックス●】

4年ぶりよしき夏まつりを
開催しました..... 4

【トピックス●】

市長と地域が意見交換
「やまぐち21元気ミーティング」..... 4

レポート..... 5

読者発なんでも広場..... 6

みんなで防災..... 6

カンタン健康レシピ..... 7

リレーエッセイ..... 7

イベントカレンダー..... 8

かけはし..... 8

よしき人

YOSHIKI
DATA

【人口】14,679(前月比+15) 【世帯数】6,420(前月比+16) 令和5年8月1日現在



インフォメーション

えがお食堂よしき

子どもも大人もみんなで楽しい「地域食堂」を再開します！

詳細は、回覧チラシをご確認ください。

【とき】9月16日(土)11時30分～13時

【場所】地域交流センター講堂

【申込】不要

※今回は先着150人

なくなり次第、終了します。

【問い合わせ】えがお食堂よしき実行委員会

☎083-922-3344

スマホ活用講座

スマートフォンの活用方法を学んでみませんか。3回連続講座です。

【とき】①9月19日(火)②9月26日(火)③10月3日(火)全て10時～12時

【場所】地域交流センター視聴覚室

【講師】シルバー人材センター

【内容】①アプリのインストール方法、インターネットの利用方法

②メールの利用方法、地図アプリの利用方法

③SNSの使い方、スマートフォンを安全に使うためのポイント

【準備】ご自身のスマートフォンを持参

【参加費】なし

【問い合わせ】地域交流センター

☎083-922-33915

市有林松茸山の入札

次の通り松茸山の入札を行います。

【とき】9月22日(金)10時

【場所】地域交流センター会議室

【条件】吉敷地域在住で市税の滞納の無い方に限ります。

【提出物】市税の滞納の無いことの証明書 ※当日お持ちください。

【入札保証金】当日は、入札金額の100分の5以上に相当する額をご用意ください。

【問い合わせ】市農林整備課

☎083-934-2820



お月見団子づくり

中秋の名月を前に、楽しく「コロコロお月見団子」を作ってみませんか。

たくさん作って、みんなで試食しましょう。

【とき】9月23日(土)10時～12時

【場所】地域交流センター調理実習室

【講師】食生活改善推進員

【対象】幼稚園から小学生30名(先着順) ※小学生未満は保護者同伴

【参加費】200円

【準備】エプロン、三角巾、マスク

【申込・問い合わせ】地域交流センター

☎083-922-33915

人生100年時代の健康づくり講座

「人生100年時代」を元気に過ごすため、①ご自身の健康状態の確認、②食生活・運動などの健康習慣の見直し、

③生活習慣病や認知症の予防など、を中心に、健康づくりについて学びます。

当日は、野菜摂取量の測定も体験できます。ぜひお気軽にご参加ください。

【とき】9月29日(金)13時～14時30分

【場所】地域交流センター視聴覚室

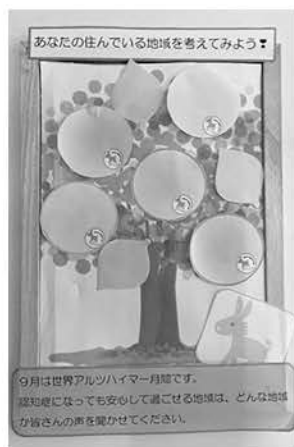
【申込・問い合わせ】地域交流センター

☎083-922-33915

認知症関連の展示を行います

鴻南地域包括支援センターでは、9月の「世界アルツハイマー月間」に合わせて、地域交流センター2階廊下と図書室にて、認知症関連の取り組みや図書を紹介コーナーを設置します。

また、「認知症になっても安心して過ごせる地域とはどんな地域？」をテーマに、みなさんのアイデアやご意見をツリーにして展示する企画も行います。ぜひご覧ください。



「吉敷ふるさとまつり」出店者募集

今年のふるさとまつりを出店で盛り上げてくれる団体を募集します。みんなで作ってあげていくお祭りです。いろんなアイデアを持ち寄り楽しみませんか！

【まつり開催日時】11月12日(日)9時～15時

【場所】地域交流センター前広場及びJA山口県ふれあい吉敷支所前広場

【募集予定数】13～15店舗※応募多数の場合は実行委員会にて選考

【応募条件】①主に吉敷地域で活動する営利を目的としない団体

②祭りを楽しく共催できる団体

③実行委員会での決定・注意事項を厳守できる団体

④会場全般の準備・片付けが実施できる団体

⑤消火器等、出店に必要なものを準備できる団体

【募集締切】9月20日(水)

【申込・問い合わせ】吉敷ふるさとまつり実行委員会

☎083-922-3344





みんなで見守り、支え合い 誰もが安心して暮らせる吉敷に

私たちが住む吉敷では、ここ3年で65歳以上の方は175人増えて3,552人(吉敷全人口の約24%)になりました。また「高齢者保健福祉総合調査」によると65歳以上一人暮らしの方は47人増えて426人、75歳以上二人暮らしの世帯は5世帯増えて191世帯となっており、高齢化や核家族化が進んでいることがわかります。

そのような中で、高齢の方をはじめ、誰もが安心して暮らせる優しい吉敷につながるように、地域ぐるみで「見守り、支え合い」に取り組んでいます。

ご近所の温かい支え合い

「見守り」や「訪問」の取り組み

地区社会福祉協議会では、「小地区見守り訪問活動(友愛訪問活動)」として、高齢の方が安心して暮らし続けるために、町内会・自治会長や民生委員・児童委員、福祉員、良城クラブ、ご近所の方などでグループを作り、見守りが必要な方の同意を得て、見守ったり、訪問したりしています。



研修会で情報を確認し合うグループの皆さん

「元気かね？」

お弁当手渡しで見守り

ふれあい型給食会では、毎月1回見守りが必要な高齢者のお宅へ、弁当を届けています。現在約50人が利用されています。

民生委員・児童委員や福祉員、地域のボランティアの皆さんが、見守りを兼ねて手渡しされています。

皆さんは、お弁当とともに会話も楽しみにしておられます。

ふれあいいきいきサロンで

仲間づくり 生きがいづくり

「ふれあい・いきいきサロン」は、どなたでも参加できる、憩いの場、仲間づくりの場としての身近な存在です。現在、吉敷には11サロンあり、健康体操やレクリエーション、手芸など楽しく活動をされています。参加者同士による見守りや支え合いにつながります。あなたの町内にあるサロンに参加してみませんか。



緑ヶ丘なごみの会

ホウちゃんペンちゃんは 見守る人のしるし

吉敷では、車などに付ける「見守りステッカー」、洋服や帽子などに付ける「ホウちゃんペンちゃんピンバッジ」等を活用し、地域一体となった見守り活動を進めています。



見守る人のしるし
「ホウちゃんペンちゃんピンバッジ」

私たちに也能できる

さりげない「ながら見守り」

私たち誰でもできる「ながら見守り」をご存じですか？

例えば・・・

- ・散歩をしながらご近所で
- ・回覧板を届けながら声掛けて
- ・買い物しながらスーパで
- ・通勤しながら子どもたちを
- など、日常生活の中で何かをしなが
- ら、自然にさりげなくできる見守りのこと
- です。皆さんも無理なくできる、さり
- げない「ながら見守り」をしてみま
- せんか。

まずはご近所から、お互いを見守り合

い、支え合って、つながっていきま

しょう。

9月は 世界アルツハイマー月間

9月は「世界アルツハイマー月間」として、世界中で認知症の啓発活動が行われています。

●認知症を正しく知るための取り組み

・認知症サポーター養成講座

認知症の基礎知識や対応の心得を知り、地域で支えるサポーターとしての役割を学びます。

・認知症カフェ

認知症の方やご家族誰もが気軽に集まり、話や相談が出来る場です。

・「もしも 気になるようでしたらお読みください」

かかりつけ医や地域交流センター等に置かれている冊子です。手に取りやすいように、認知症という言葉なるべく使わない絵本のよう

なものです。ぜひご覧ください。

山口市鴻南地域包括支援センターは、身近な相談場所です。訪問や電話での相談に対応します。

お気軽にご連絡下さい。

お問い合わせ「鴻南地域包括支援セン

ター

☎083-934-3333

トピックス 2

4年ぶり！ よしき夏まつりを開催しました

毎年8月13日開催の「よしき夏まつり」。コロナ禍を経て、4年ぶりに盛大に開催することができました。

目指せ 吉数王！

ステージでは、子どもたちが主役となるプログラムが色々。スポーツ少年団がミニゲームで競う「R5夏吉数王は君だ!!」では、ステージ下でも応援合戦でした。



ミニゲーム「空き缶タワー」

充実の出店に満腹・満足

お祭りの楽しみの一つはやっぱり出店。みんな大喜びでした！



伝統の盆踊り

吉数では昔から盆踊りを行っていました。橋の上の太鼓の音を中心に、みんな伝統文化に触れました。



大盛り上がりの抽選会

お祭りの最後は、恒例の「お楽しみ抽選会」。豪華賞品に大盛り上がりの中、幕を閉じました。

夏まつりに関わられた皆様、大変お疲れ様でした。



トピックス 3

市長と地域が意見交換 「やまぐち21元気ミーティング」

8月7日(月)に、地域交流センターにおいて、市長と地域が市政と地域づくりに関して語り合う移動市長室「やまぐち21元気ミーティング」が開催されました。

凌雲寺跡と肥中街道のこれから の活用と整備

文化振興協議会の松原会長より、凌雲寺跡の来訪者に便利なトイレや見学の道「肥中街道」の保存・継承や他市との連携による自転車道・自然歩道などの観光施設の整備を要望しました。

市より、凌雲寺跡の来訪者の利用環境の整備については、段階的に実施することを検討したいという回答がありました。

また、肥中街道の保存・継承や観光施設の整備については、地域の皆さんと一緒に考えていきたいという回答がありました。



農業用水路の維持管理及び改修

吉数自治会の木村会長(赤田)より、農業用水路(いわゆる青線)の改修にかかる補助制度の予算確保や、青線の維持管理について公共関係の仕組みづくりを要望しました。

市より、青線の改修については、予算措置等の検討を行いながら地域の安全につなげていきたいという回答がありました。

また、青線の維持管理については、具体的な対策を市の関係部局が横断的に連携し、考えていきたいという回答がありました。

防犯灯を設置する助成金や補助金及び、管理費の増額並び、補助率の引き上げ

吉数自治会の内田副会長(下東)より、昨今の経済情勢により防犯灯の設置費用や維持管理経費が上昇していることから、防犯灯の設置費や管理費の補助金などの補助率の引き上げを要望しました。

市より、補助制度の見直しについては、要望の趣旨を踏まえ補助率の引き上げなどを検討していきたいという回答がありました。

レポート

夏休みの絵の宿題と一緒に

7月27日(木)、8月7日(月)に、地域交流センターでこども絵画教室(講師:吉敷美術部)を開催しました。参加した児童は、図鑑や写真などを参考に、熱心に絵を仕上げました。夏休みの絵の宿題も、あつという間に仕上がりました!



世界に一つのアクセサリ作り

7月28日(金)、夏休み講座「ビーズ工作」(講師:工房水晶石)を開催しました。たくさん種類から好きなビーズを選び出し、アクセサリを作製。それぞれにお気に入りの作品を作ることができたようです。



夏だ! スイカ割りだ!

7月31日(月)、「スイカ割り&ゲーム大会」を開催しました。真夏の日差しの下でスイカ割り! 目隠しをして、仲間の声を頼りにスイカを目指します。みんなの協力で無事にスイカを割り、味わうことができました! ゲーム大会は、すころく、折り紙、塗り絵など盛りだくさん。夏休みの楽しい思い出になったのではないでしょうが!



ヌメヌメのタコも美味しく調理♪

8月3日(木)、「親子お魚料理教室」(タコをさばこう)を開催し、6組の親子がタコを使った料理作りに挑戦しました。ヌメヌメしたタコに苦戦しながらも、親子で力を合わせて美味しい料理を作ることができたようです。



太陽のチカラってすごい!

8月5日(土)、夏休み講座「ミニソーラーカーを作ろう」を開催しました。温暖化とめるつちゃネットワークやまぐちの皆さんを講師に、使用済み牛乳パックを利用してミニソーラーカーを作りました。当日は、少し曇り気味の天気でしたが、太陽が出てきた途端にスイスイ進んだ車に、子どもたちは大喜びでしたよ。



夏の水やり暑かったね!

8月2日(水)、「吉敷地区子ども会等花壇コンクール」の花壇審査を行い、下東子ども会が最優秀賞に選ばれました。おめでとうございませう! 猛暑が続く中、どの地区の子ども会も水やりや草取りを毎日交代で頑張ったようです。



吉敷サッカースポ少

夏の熱い合宿を開催!!

7月29日(土)、30日(日)、徳地青少年自然の家で、吉敷サッカースポーツ少年団が夏の恒例イベントである合宿を開催しました。

普段の練習では各学年で活動していますが、合宿では縦割り班で活動し、学年関係なく団の仲間同士の絆を深めることができました。

2日目には親子サッカーも行われ、子どもたちと一緒に楽しい思い出を作ることができました。

いつでも新規団員募集中です。興味のある方は一度体験にお越しください。詳しくは地域交流センター(☎083-92213915)までお問い合わせください。





夏休み どうしてた？

書かった夏休み。夏休み どうしてた？」をテーマに、吉敷地域の小学生たちとその過ごし方を聞いてみました。

良城小2年(上東在住)

正木希実

わたしは夏休みに、ふくおかけんにある「キッザニア」に行きました。「キッザニア」はいろいろなお仕事がないけんでできるばいしょです。

一ばんたのしかったのは、ひこうきのそうじゅうがでできるパイロットの仕事です。ひこうきのわをくぐります。むずかしかったけどたのしかったです。

また行きたいです。おとうさん、おかあさん、ありがとう。



良城小5年(木崎在住)

後藤 駿太郎



僕は、良城小学校合唱団の団員です。この夏休みは、2つの大きなコンクールに向けて、午前中から午後までみんなで練習に励んでいます。いい結果が出るといいなあ。

響け！良城小のハーモニー！！

良城小4年(赤田在住)

鹿島 友莉



私は、小学校の合唱団(4年から6年生40人くらい)に入っています。

夏休みは8月6日と10日に合唱コンクールがあるので、全員で力を合わせて頑張っています。

結果は、次のとおりでした。

8/6 全日本合唱コンクール山口

県予選・・・銀賞

8/10 NHK全国学校音楽コンク

ル山口県予選・・・銀賞



食物アレルギーがある場合の災害への備え

大きな災害があった時に避難所で支給してもらええる食べ物は、すぐに食べられるパンやおむすび、お弁当、保存がきくカップ麺、栄養価の高い牛乳や水分補給のための水等が多いと聞きます。

どれも、アレルギーを持つ子どもにとっては食べられないものがあり、注意が必要です。

せっかく炊出しをしていますが、材料に何が使われているかわからないので食べることが出来ないという声も聴きます。

そんな時でも困らないために、

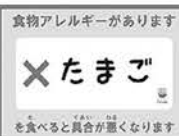
1. 「まずは備える」

自分の子どものアレルギーに影響のない食品の備蓄を行いましょう。その際には食品だけでなく普段使用している薬等も一緒に非常用持出品として備えておきましょう。

2. 「周りの人に伝えましょう」

アレルギーはわがままとは異なります。口にすることで命に関わる可能性もある病気だということを周囲の人に知ってもらうことも大切です。

小さな子どもで、周囲の人に伝

食物アレルギー
特定原材料28品目

えることが出来ない場合は、見てすぐにわかるようにメッセージカードを持たせたり、「〇〇のアレルギーがあります」と書いたシールを洋服に貼ったりして、誤食事故を防ぐようにしましょう。また、対応する行政職員等にもアレルギーがあることを伝えて、支援が受けられるように早めに相談しましょう。

吉敷地区防災会
連絡：吉敷地区地域づくり協議会
083-922-1334

健康レシピ

吉敷地区食生活改善推進員監修

こんにちは!
食推
です

RECIPE

33

「豚肉・ゴーヤの カレー風味スパゲティ」

身近な材料をカレー味でまとめ、暑さや紫外線に負けない抗酸化成分を豊富に含む野菜類をたくさんとり、夏バテ防止を心がけましょう。

材料

【2人分】

■ 豚もも薄切り肉	100g
■ ゴーヤ	125g
■ にんじん	50g
■ 玉葱	50g
■ スパゲティ	200g
■ オリーブ油	大さじ1
■ カレー粉	小さじ2
■ 塩・コショウ	少々

※200gのスパゲティをゆでるとき
湯 2リットル
塩 大さじ2

作り方

- 1 豚肉はざく切り、ゴーヤは縦半分に切りスプーンで種とわたを取って薄切り、にんじんは薄い輪切りにし、玉葱は少し厚めの薄切りにする。
- 2 鍋に湯を沸かしスパゲティを袋の表示時間より30秒ほど短くゆでる。
- 3 スパゲティをゆでている間にフライパンにオリーブ油を入れて火にかけ、①の豚肉を炒め、色が変わったら野菜を加え炒めカレー粉をふり入れ②のゆで汁少量を加え全体に火を通し、ゆであがったスパゲティを入れ手早くからめ塩・コショウで味をととのえ出来上がり。

1人分:エネルギー541cal 食塩相当量0.8g



リレーエッセイ

Relay Essay

040

やまがた かずと
山縣 和人さん (中尾東上)



このたび、中尾東上町内会の会長という重責を担うこととなり、身の引き締まる思いがしております。

ここで、簡単に自己紹介をしたいと思います。私は、昭和24年の早生れで、当年として74歳となります。ここ、中尾東上の地で生まれ、育ち、今もここで暮らしています。現役で仕事をしている時、2年同だけ岩国市で単身生活をしましたが、故郷を離れて生活を始めると、田んぼや山・川などの景色がとても懐かしく思え、改めて故郷の良さを実感しました。

退職後は、米づくりを中心とした農業にいそしんでいます。山あいの地であるため、イノシシや猿などによる被害や、肥料や農薬が高騰しているのにもかかわらず米の価格が上がらないなど、農業を取り巻く環境は厳しいものがあります。米の価格が上がらない理由の一つは、米の消費が少なくなっていることが挙げられます。このため、「朝はパンとコーヒーで

しょう」から「朝はご飯と味噌汁でしょう」に変えていただけたら幸いです。

さて、我が町内を見てみますと、世帯数は約20戸と吉敷地域で最小ですが、人数が少ない分とてもまとまりがあり、共同作業なども全世帯からの参加があり、なかには夫婦2人での参加があるなど、とても協力的で全員が和気あいあいとした雰囲気の町内です。

私も70歳を超えての町内会長で、体力的・知力的な衰えは否めませんが、気力だけはありと自負しております。これからも、町内会員が安心・安全に暮らせるよう、また、吉敷地域がますます発展していくよう微力ながら頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。



1金	
2土	●楽楽楽「誰でもどうぞの日」 9:30～12:00
3日	●市民スポーツ大会 ●レノファ山口 VS 水戸ホーリーホック 19:00～(みらスタ)
4月	●あいさつの日
5火	●広報委員会 17:00～
6水	
7木	●町内会長会 18:30～
8金	
9土	●プログラミング&AI体験 10:00～11:30
10日	
11月	●吉敷ベタンク同好会練習 9:00～
12火	
13水	●育児相談 13:30～14:30 (受付時間)
14木	
15金	
16土	●えがお食堂よしき 11:30～ ●楽楽楽「誰でもどうぞの日」 9:30～12:00
17日	
18祝	

19火	●スマホ活用講座① 10:00～12:00 P.2
20水	
21木	●ふれあい型給食会
22金	●市有林 松鷲山の入札 10:00～ P.2
23祝	●お月見団子づくり 10:00～12:00 P.2 ●レノファ山口 VS ザスパクサツ群馬 19:00～(みらスタ)
24日	
25月	●吉敷ベタンク同好会練習 9:00～ ●楽楽楽「誰でもどうぞの日」 10:00～15:00 ●ブックスタート体験会
26火	
27水	
28木	
29金	●人生100年時代の健康づくり講座 13:00～14:30 P.2
30土	

10月のおもなイベント

2月	あいさつの日
6金	ホテル放浪の集い
21土	えがお食堂よしき
29日	吉敷地区親睦ソフトボール大会

「健康の秘訣は水分摂取」

この度、高齢者免許講習を受講し、健康について考え直すよい機会となりました。新聞記事に「健康の秘訣は水分摂取」との内容で、健康維持には、意図的な水分摂取、1日1.5リットルの水を飲むことなどを推奨しておられる医学博士の竹内孝仁さんの話が記載されていました。体内の水分は絶えず循環し、栄養素を隅々に運んだり、尿として不要物を排出したり体温を調整する機能もあり、人間にとって、生命活動に欠かせないものです。体内の水分量が減ると、神経機能も低下しそのため、喉の渇きも感じにくくなり、さらに体内の水分量は減り、老化を後押しすることになります。この悪循環を断つため、意図的に水分を摂取することが、健康に長生きする秘訣だそうです。(水分制限を指導されている方は主治医と相談してください)

【記事抜粋】水だけでなく、お茶、コーヒー、牛乳でも良く、アルコールだけがNGです。ただジュースの過剰な摂取は、健康な方でも注意です。

近年地球温暖化に伴う、気温、降水量の最高を更新し心労・災害が高まる中、自身の健康維持のためにも一日1.5リットルの摂取に心がけてまいりたいと思います。

広報委員 茨木 正明

[発行・編集]

吉敷地区広報委員会 (〒753-0816 山口市吉敷佐畑一丁目4番1号)
☎083-922-3915 吉敷地域交流センター(地域担当)
☎083-922-0668 吉敷地域交流センター(行政窓口担当)
☎083-922-3344 地域づくり協議会・吉敷自治会・地区社協

吉敷地区地域づくり協議会ウェブサイト

フェイスブック・インスタグラム

<https://www.yoshikibito.com/>

吉敷地区地域づくり協議会

検索

