

1 2 月の行事予定

※ 1 2 月は北自治振興区
「歳末助け合い声かけ運動強調月間」

書道クラブ	1日・15日(木)	13:00
子ども書道教室	1日・15日(木)	16:00
北体協理事会	1日(木)	19:00
カラオケ教室	3日・17日(土)	16:30
パソコン教室(中級)	5日・19日(月)	14:00
パソコン教室(初級)	6日・20日(火)	19:00
広報部会	7日(水)	19:00
ふれあい給食	8日・22日(木)	8:00
しめ縄づくり講習会	10日(土)	8:00
茶道教室	10日・24日(土)	13:30
消防後援会理事会	12日(月)	19:00
ふれあいサロン北	13日(火)	10:00
「認知症予防教室」	14日(水)	13:30

声かけ運動	15日(木)	
北老連役員会	16日(金)	10:00
自治振興センター火災訓練 及び自治振興センター大掃除	17日(土)	13:00
のんき工房「森で遊you」	18日(日)	13:30
女性部とうふ・こんにやくづくり	20日(火)	8:00
農産物等即売会	20日(火)	9:00
自治振興区役員会	20日(火)	19:00
生け花教室	23日(金)	13:30
自治振興センター仕事納め	28日(水)	
消防団年末警戒	28日(水)～30日(金)	
北自治振興センターは 12月29日(木)～1月4日(水)休館とします。 (緊急時連絡先(携帯電話) 090-8719-5966 高橋まで)		

北自治振興区だより

No. 188

発行 令和4年 11月21日
編集 庄原市北自治振興区
庄原市川北町154-3
庄原市北自治振興センター内
Tel/Fax 0824-72-0564
メールアドレス kita.jichi.ss@gmail.com

「市民と語る会」を開催

総務企画部

1 1 月 2 日(水)北自治振興センターにおいて、市議会による「市民と語る会」が開催され、北地区区民 1 4 名が参加しました。大迫区長のあいさつに続き、横路議員の司会で出席議員 5 名(桂藤和夫・横路政之・坂本義明・吉川遂也・坪田朋人)の自己紹介がありました。

国道 4 3 2 号の川手地区歩道整備の早期実現について、昨年度の課題の報告がありました。関係部署に調査した結果、全市的な課題で市内の「通学路交通安全プログラム策定」をもとに事業実施がされているが対策箇所が多く、すぐに対応できない。抜本的な対策は、庄原大橋から北保育所へのバイパス建設が必要だと思っている。ただ、計画実施に数十年が必要だと思う。市内に対策箇所が多くあるが、国道で歩道が整備されていない箇所は川手地区しかない。通学路で歩道が整備されていない危険な箇所は何か所あるか議会で質問してもらいたい。予算が少なく、沿岸部では大規模事業が多く行われている。人口が少ないから予算がつかないではなく、安全な街づくり防災を考えて川手地区のバイパス道路を考えてもらいたい。小林県議・地元市議も努力して方向性を出してもらいたい。吉川市議から地元の協力が必要で、小奴可での県道改良の取り組みが報告された。

ウッドワンの庄原工場について、1 0 名程度の人員と言われているが、現地採用になるのか。地元企業は人材難で、人材の奪い合いになるのではないかと。庄原の木材がチップばかりになっているので、有益に利用されるよう期待している。庄原に人が集まるよう企業誘致や住宅・環境整備を図ってほしい。人口が減ることばかり言い訳で使わず、どうすれば人口が維持できるか真剣に考えるべきだ。よその地域でやっていることを真似するだけでは乗り遅れる。旧川北小学校を利用した新たな小学校を地域で取り組んでいる。どうやって人口を維持できるか知恵を絞ってほしい。

ふるさと納税の取り組みなど掛け声だけでなく、もっと知恵を絞って行動すべきではないか。都市と田舎のミスマッチ、田舎にも仕事はたくさんある、若者も都市に住みたい人ばかりではない。多くの若者が田舎に住みたいと思っている。企業のトップの努力や受け入れる地域の取り組みで移住者は増えると思う。最後に議員定数及び議員報酬調査特別委員会の報告がありました。単純に議員数を減らすだけの議論ではなく、市民の意見をアンケートで聞きたいと考えている。地域の活性化や通学路の安全性の確保などについて、行政任せ人任せではなく地域でビジョンをもって話し合うことが必要など活発な意見交換がされました。どれも地域をよくしたい。庄原市をよくしたいとの強い思いが感じられる語る会でした。



高齢者の方の 歳末の在宅慰問を行ないます

社会福祉部 高齢者福祉部 交通・防災防犯部

北自治振興区社会福祉部・高齢者福祉部と交通防災防犯部では、毎年1 2 月を「みんなで声をかけ合い、助け合い運動強調月間」と定め、その一環として1 2 月に高齢者等在宅・施設慰問を行ってまいりましたが今年度は、新型コロナウイルス感染防止等の観点から在宅慰問のみ実施とさせていただきます。

この慰問は、歳末を迎え安心安全な生活を送られ新年を迎えていただくことを目的とし、北地区に住所を有する方で高齢者(9 0 歳以上)、身障者(一定の級以上の方)、寝たきり高齢者及びその介護者、満年齢7 5 歳以上の一人暮らし高齢者の方々を対象に、慰問品を自治会長、地域老人クラブ会長、社会福祉部・高齢者福祉部員等が声かけ活動と併せて訪問しているものです。

しめ縄づくり講習会のお知らせ

生涯学習部

今年度も新年を迎える準備として、しめ縄づくり講習会を開催しますので誘い合わせてご参加ください。

日 時 1 2 月 1 0 日(土)午前8時から
場 所 北自治振興センター
講 師 山脇 辰則さん(門田町)
申 込 1 2 月 2 日(金)までに北自治振興センターへ
○軽食を準備いたします。
○藁は用意いたしますが、持参できる方は持参してください。
○参加費：3 0 0 円
※初めての方も気軽に参加してください。



「干し柿」販売中

地域振興部

地域振興部など協力して作った干し柿の販売をいたします。ふるさと祭りが中止となったため、農産物等即売会や平日自治振興センターでも販売いたしますのでお申し込みください。

8 個入真空パックしたもの 1 袋 5 0 0 円です。



編集後記

やっと例年の寒さになったのでしょうか？朝の寒さが身に染みるようになりました。今年も残すところ40日余りとなりました。この1 年間も新型コロナウイルス感染症により十分な活動ができませんでしたが、体調に気を付けて、これからも活動にご協力をよろしく願います。

北地区の人の動き (R4.10.31現在)

〔住民基本台帳登載人口〕
昨年対比

人口	1, 172	-47
男	554	-27
女	618	-20
世帯数	565	-5

おくりもの (令和4年10月14日～令和4年11月10日受付)

次の方から香典返しとしてご寄付をいただきました。

石田 賢壮 様 (故ヤス子様) (川西下)

次の方から社会福祉へのご寄付をいただきました。

森山 実奈 様 (岡山県在住)
(母、故大澤泉(矢の原上)がお世話になりました。)

いただきました金一封は、ご趣旨を大切にし地域振興と社会福祉に活用させていただきます。

自治振興センターの火災避難訓練と 大掃除のお知らせ

交通・防災防犯部

自治振興センター火災避難訓練と訓練終了後、自治振興センターの大掃除を次のとおり実施します。
師走に入りお忙しいとは存じますが多数ご参加いただき、ご協力願います。

日時 令和4年12月17日(土) 13時00分から
場所 北自治振興センター
内容 通報・避難・初期消火の訓練の後、救急教室を行います。



先例地視察研修を実施

地域振興部

北自治振興区先例地視察研修を１１月２日(水)に実施、獣害対策で有名な「雅ねえ」こと井上雅央さんの居られる島根県美郷町を訪れ、獣害対策をはじめ、資源の利活用、地域づくり、定住・雇用などについてお話を聞き、とても有意義な視察研修となりました。

まず、美郷町役場美郷バレー課安田課長さんから、美郷町の『美郷バレー構想』について、1999年から取り組んだ獣害対策の抜本的改革に始まり、駆除したイノシシの資源利活用、地域づくり・コミュニティー“農村女性の輝きと高齢者の活躍”“住民のたまり場の創出”“定住・雇用・ローカルビジネスの町おこし”“産官学民”が集い新しい地域おこしを共創する。第１章から第５章の構想「美郷バレー構想」の説明を受けました。

麻布大学や電気柵メーカーと新しい電気柵部材の発明開発を行い、農業者の方の作業効率化、高齢化に対応して電気柵の設置から撤収までの労力が大幅に軽減でき、正確に柵線を張ることができるようになったことの紹介もありました。

つづいて、獣害に強い畑づくりを実践し学ぶ圃場“青空サロン畑”へ場所移動し、雅ねえから獣害対策について、電気柵やワイヤーメッシュの設置方法、雅ねえと一緒に考え自分の畑に対策事例を導入された中林さんから、果樹を低く切りそろえる低木栽培、柵の内側２メートルには何も植えない等々、最初は半信半疑だったけれど、楽しいから続けていたら、驚くほどの効果があったお話を聞かせていただきました。

圃場近くにある集会所へ移動し、イノシシのなめし皮を使った革製品を開発・販売している女性グループの活動について話を聞き、作業内容を見学させていただきました。

既成概念にとらわれないで、発想の転換が大切。獣害対策は地域全体で行う。人と人、人と地域、人と暮らしの絆、の大切さを学びました。



安田課長の説明を受ける(手にされているのは開発された電気柵)



中林さん(左)と雅ねえ(右)



青空サロン畑で雅ねえの説明を受ける



青空サロン畑で中林さんの話



集会所で女性グループの活動について説明を受ける



イノシシのなめし皮を使った革製品を制作

令和4年年末交通事故防止 県民総ぐるみ運動が実施されます

交通防災防犯部

期 間 令和4年12月1日(木)～12月10日(土)

令和4年交通安全年間スローガン

『ゆるさない ハンドル・スマホの 二刀流』

キャッチフレーズ

「なくそう交通死亡事故・アンダー60作戦
～2025年へ向けて～」

「運動機能向上＋ フレイル予防教室」を開催

社会福祉部 高齢者福祉部

11月9日(水)健康寿命向上セミナーが開催され、最初に市保健医療課本山保健師さんから「オーラルフレイル」についてのお話を聞きました。介護につながるような高齢期の心身衰弱を「フレイル」といい、前フレイル期（口や歯への関心を失う、歯周病などで歯を失う、活動量が減る、歯を失うことで閉じこもり気味になる）、オーラルフレイル期（滑舌が悪くなる、かめない食品が増える、食べこぼしやむせが増える、食欲の低下や栄養の偏りを招く）、サルコペニア・ロコモ期（かむ力が減る、舌の運動力が減る、食べる量が減る、低栄養、サルコペニア、ロコモを招く）、フレイル期（食べたり飲みこんだりすることが困難になる、誤嚥性肺炎を起こす、フレイルや要介護状態になる）の段階を経て要介護状態になる。といわれています。今日は、オーラルフレイルを自分で防ぐための、口の衛生状態を保つ「口腔清掃」と食べる・吞み込む機能を高める「口腔体操」のついて詳しく分かりやすく、また歯科検診の大切さについて教えていただきました。

引き続き、介護予防運動指導員の矢吹祐次さんから「楽々ウォーキングストレッチ体操」と題して、運動機能の向上や歩きやすい体を作るために必要なことは何か、歩くという動作に必要なことは何か、について楽しいトークを交えながら教えていただきました。身体とは、日頃の癖や間違った動作パターンにより徐々に変形したりうまく動かせず痛みに繋がっていくことがあり、固まった筋肉や動きの悪い関節を無理に動かすとケガや痛みにつながる。そこで、まずは固まった筋肉や関節の動きを取り戻す。実践で、テニスボールを使い足裏・ふくらはぎ・太もも前後・お尻をほぐしていく。筋肉及び関節の可動性向上のストレッチとして、太ももの裏を延ばす。骨盤を前後傾けさせる。捻りながら股関節と背骨の動き、背中とわき腹を伸ばす。もも前と体側をしっかりと伸ばす。股関節の可動性を上げる。など、わかりやすく実践指導していただきました。指の運動やじゃんけんゲームによる脳への伝達能力の向上など楽しく有意義な教室でした。

次回は、12月14日(水)に「認知症予防教室」を開催しますので誘い環わせてご参加ください。



市老連 会長杯グラウンド・ゴルフ大会へ出場

北地区 老人クラブ連合会

10月25日(火)市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会(ペア大会)が、国営備北丘陵公園で96組が参加し開催されました。北老連から8組が出場され、結果は次のとおりでした。

第2位 小林 武史・田尾美枝子 チーム
第7位 清水 利則・市川 千枝 チーム

月例会の成績

グラウンドゴルフ同好会

10月26日(水)同好会の月例会を旧川北小学校グラウンドで開催。成績は次のとおりでした。

男 性	女 性
1位 堀川 春美(秋国自治会)	1位 田尾美枝子(濁川町川西自治会)
2位 小林 武史(濁川町川西自治会)	2位 小林由喜子(濁川町川西自治会)
3位 桂藤 安夫(ミツワ自治会)	3位 市川 千枝(天満自治会)

11月9日(水)同好会の月例会を国営備北丘陵公園で開催。成績は次のとおりでした。

男 性	女 性
1位 谷本 勲三(市場自治会)	1位 田尾美枝子(濁川町川西自治会)
2位 友貞 富一(富田自治会)	2位 桂藤ミヨコ(ミツワ自治会)
3位 桂藤 安夫(ミツワ自治会)	3位 市川 千枝(天満自治会)

次回月例会は11月23日(水)田川グラウンド12:00集合で開催いたします。今年最後の例会となります。誘い合ってご参加ください。(12月・1月は休会です。)