



発行所 南部公民館
責任者 養田正史
編集委員長 黒岩 春樹
印刷所 北信ローカル



新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行にされたとはいえ、参加者の健康に配慮して、昨年同様に開催しました。



品を配布させていただきました。

《令和5年度地区別内訳》
佐野地区 31人、菅地区 4人、寒沢地区 5人、戸狩地区 8人、穂波温泉地区 15人、いで湯の里 5人の総人数68名の方々

長寿を祝う会

令和5年9月18日 敬老の日



第67回南部盆野球交流大会得点表

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	合計
菅地区	0	0	1	2	0	0	0	0	0	3
戸狩地区	1	0	2	0	0	0	0	0	0	3
穂波温泉地区	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
寒沢地区	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
佐野地区	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
いで湯の里	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

▶ 詳しい『盆野球』はP4へ

秋の南部地区健康教室開催について

学習文化委員長 樋口 政己



令和5年11月19日に南部公民館主催の南部地区健康教室を開催しました。まず、保健補導員の皆様による血圧測定、それから町保健師の佐藤様による講演では高血圧による脳卒中の危険性また突然死や後遺症による医療費の増加等の問題があるという事です。



長野県の中でも山ノ内町の高血圧の人の割合がワーストワンというデータには驚かされました。高血圧の予防には野菜を中心とした減塩食と適度の運動が効果的であり、また定期的な血圧測定も必要だそうです。

最後に佐野地区でエアロビクス教室を開いていただける湯本先生のもとで参加者全員で手軽に行なえるエアロビクス体験を行いました。普段使わない筋肉を動かしたり、関節もほぐしたりしました。この体操は血圧を下げる効果もあると思われました。それと湯本先生の身体の柔軟さには驚かされました。保健教室は非常に有意義なものでした。

盆野球

大裕 敏道

新型コロナウイルス感染症は2020年1月に国内で初感染者を確認した後、同年5月には46都道府県で約16000人、死者約700人と感染の猛威を奮い我々の生活を一変させた。公民館野球大会に於ける『菅』チームは私の様な老い若れも一員とし、野球好きな仲間達で毎回編成され、今回は特に連覇を懸けた処での足止めとなっていました。この数年間、時の体育係・公民館役員と相談し開催をお願いして参りましたが再開の目処は立ちませんでした。その間、盆帰省者等から参加希望の声も多数あり、改めてこの大会の人気を痛感しました。今回4年ぶりの開催となりましたが、南部公民館役員も任期で交代となり、

運営面で大変ご苦労された事と思います。熱中症対策としてスポーツドリンクの用意や、コロナ感染症対策も徹底され、無事開催となりました。今回は菅の庄勝で3連覇を達成しました。来年以降も大会が継続出来るよう協力したいと思います。役員の方々ご苦勞様でした。





1月14日(日)菅のどんど焼きが行われました。
合同でやる組もあり、時間もそれぞれですが、各組午前中に準備し午後火付け、組によつては慰労会もありました。
書き初めやだるま、正月飾りなどが焼かれ、地域のひとと新年の挨拶を交わしたり、お酒やみかんをいただきながら、皆で無病息災を願いました。



《菅》



《戸狩》

1月8日(日)の朝、各班伍長さん、協議員さん、正副農家組合長さんのご協力のもと、どんど焼きの準備が行われ、当日夕方6時に点火。今年もどんど焼きを行うことができました。コロナウィルス感染症がら類に移行されまし



たが、元日早々能登半島地震がありました。だからこそ正月の伝統行事を当たり前にできることへの感謝もありました。前日の夜から雪も降り、趣のあるどんど焼きとなりました。今年も皆様にとつて良い1年になりますように。



《佐野》



1月8日(日)に、私の住む佐野区鑑堂組でも、どんど焼きが開催されました。
当日は、雪も30センチ程積もってしまい当番班の人達も、正月のお飾り集めも大変だったと思います。夜18時に子供達により点火され、あつという間にどんど焼きが燃えはじめ、すぐに餅が焼けるほどの炎になり、みんな餅を焼きはじめました。その炎を見つめながら、1年間の健康と家内安全を願いました。



1月14日(日)、米橋上の堤防にてどんど焼が行われました。区役員の方々により櫓を建て、育成会の子供達が各家庭から集めた、しめ縄、だるま、書き初め等を飾り付けました。夜には子供の点火により、空高く燃え上がる炎を囲み、1年の無病息災を祈りました。



《穂波温泉》

《寒沢》



1月13日(土)に朝から雪の降る中、どんど焼きの準備が行われました。
やぐらの中に秋に切り出しておいた竹が投入され、カヤと一緒にしめ飾りや達磨なども飾られました。
一度止んだ雪も夜には再び降りだした中、区長や還暦の方などの松明による点火によりどんど焼きは大きな火となり、竹の破裂する音が盛大に響きました。
参加された皆さんには甘酒がふるまわれ、燂でおもちを焼き、一年の無病息災が祈られました。