

城西きずなクラブだより

お花ばたけ

第70号

編集発行
城西きずなクラブ
事務局 城西公民館内
TEL 26-2659

印刷
千鳥印刷株式会社
TEL 21-7155



新年に当たって思うこと

城西きずなクラブ会長 関谷 満

新年明けましておめでとうございます。
新春をお健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は市民として「松江城」の国宝化に喜び日本ではノーベル賞の受賞という明るいニュースに湧きました。

今年度も残り少なくなりましたが就任時に申し上げました様に「健康寿命」を延ばすべく会員の皆様が個々に意識して取り組んでもらえる諸事業を実施してきたと思っておりますが如何でしょうか。諸行事、講演会、ニュースポーツ大会にしてもお互いに声掛け合って参加して頂ければ盛り上がっていき、それが健康に繋がって行くものと思われまます。

城西きずなクラブの活発な活動は注目されており福祉、健康、友愛、奉仕などは会員の連帯活動の表れだと思われまます。しかし将来への活動には基盤となる会員の増加が必要であり一月から三月まで「会員加入促進活動」を行いますので皆様のご理解、協力をよろしくお願い申し上げます。

城西きずなクラブ活動の記録

- 平成27年9月5日 健康ウォーキング 城山周辺
- 6日 第53回城西大運動会(雨天中止)
- 8日 松江市高齢者スポーツ大会 総合12位
- 9日 お花ばたけ編集会議
- 14日 日帰り研修旅行 鳥取淀江方面49名参加
- 15日 秋の交通安全運動推進の集
- 16日 人事検討委員会
- 17日 女性委員会 三角巾帽子作り
- 18日 青パト見回り
- 19日 健康ウォーキング 新大橋から宍道湖大橋
- 24日 女性委員会料理教室とバスの乗り方教室
- 25日 城西地区寿のつどい
- 29日 市高連事務担当者会議



秋の交通安全運動推進の集



女性委員会 三角巾帽子作り

- 10月3日 健康ウォーキング 城山周辺
- 3日 角南先生講演会
- 3日 城西幼保園運動会に参加
- 7日 理事・評議員会
- 7日 第2回人事検討委員会
- 14日 松江市高齢者福祉大会
- 16日 内小校内音楽会
- 17日 健康ウォーキング 岸公園往復
- 21日 バザー商品の搬入と値付け作業
- 24日～25日 第37回城西まつり協賛バザー



松江市高齢者福祉大会

- 10月29日・11月2日 交通量調査・説明会
- 11月4日 理事・評議員会
- 7日 健康ウォーキング 城西山通り経由一周
- 18日 平成27年度市高連指導者研修会
- 20日 松江城山公園清掃奉仕活動
- 21日 月照寺(歴史講座共)
- 24日 青パト見回り
- 25日 単老対抗スカットボール大会
- 26日 お花ばたけ編集会議



健康ウォーキング

- 12月2日 理事・評議員会
- 5日 健康ウォーキング
- 8日 人事検討委員会
- 12日 城西地区交通安全総決起大会
- 18日 市高連理事会
- 19日 健康ウォーキング
- 21日 お花ばたけ編集会議



健康ウォーキング

女性部

第37回城西まつり
バザー開催について

山崎美智子

10月24日(土)〜25日(日)「城西まつり」の協賛事業として、今年も準備から後片づけまできずなクラブ会員の力と絆で天候にも恵まれ大盛況の内に終わらせていただき有難うございました。



上:金森さん提供 いずもなんさん配布
下:バザーの様子

三角巾帽子作りと
料理教室について

女性委員14名で9月17日(木)三角巾帽子作りをし、9月24日(木)その帽子をかぶり

ことと同時に女性委員さんが各単位クラブで積極的に活動されている様子がうかがわれました。今後の活動に対してのご意見ご要望をお待ちしています。



料理教室の様子

公民館共催 講演会

阿部 國廣

研修部は城西公民館と共催し10月3日に『福祉講演会』を行いました。脳神経のご専

門でおられる松山市民病院脳神経外科の角南典生先生をお招きし、「あなたの脳は大丈夫？認知症にならないコツ、脳卒中で倒れないコツ」と題した講演会を持ちました。言葉が出ない失語症、目的にあつた買物ができなくなる実行機能障害、思考が変化し、物事への関心が薄れ、妄想を抱くようになるという症状が生じる認知症や、その予防について具体的な実例を挙げながら話していただきました。

さらに最近増え続けている脳卒中の予防について、ビデオの動画を見ながら脳卒中はどのような症状が起きるのか、脳卒中予防の10か条とはいかなるものか語っていたいただきました。

手始めに高血圧から直していく。血圧が高いほど脳卒中の危険性が高まり、起りやすくなる。家庭で血圧を測る習慣をつけるということが話されました。そして



喫煙者はさらにかかりやすくなるため、タバコをやめる意思を持って取り組んでほしいと強調されました。

アルコールは控えめに、過ぎれば毒になると日常生活での注意もうかがうことができました。

健康・保健部



**単老対抗
秋期スカットボール大会**

武志 幸雄

優勝は、団体・個人戦ともに中原チーム
平成27年11月25日(水)開催された標記大会は、応援者も含め100名余の参加者で盛り上がり、一度入った球を次の打球で追いつけずプレー等熱戦が繰り広げられました。団体戦 2位は外中原・3位は国屋下、個人戦では中原単老の岡田節子さんが41点(3

ゲーム)の高得点で優勝。
城西ぎざなクラブ「健康・保健部」主催、27年度に計画された4つのスポーツ大会【単老対抗ペタンク・スカットボール2回・ジャンケンペタンコ】は、2月実施予定のジャンケンペタンコを残し3つが終了しました。
今回は、4つのスポーツ大会を一覧表にまとめてみました。
参考にしていただき今後の大会にチャレンジされることを期待いたします。

スポーツ大会一覧表

予定月	大会競技名	会場	参加総人数
5月	ペタンク	屋外	約40名
7月	スカットボール (1回は個人戦も兼ねる)	屋内	各回約90名
11月			
2月	ジャンケンペタンコ		約70名

**第6回赤十字救急法
競技大会に参加して**

藤井 英子

11月15日(日)武道館で行われました。
ぎざな会の女性部からの参加は初めてだと聞いておりますが、地域の支え合いが出来ればと心肺蘇生法で和田サチエさん、金築由美子さん、藤井で参加しました。嘉村さんの熱心な指導を受け繰り返し練習しました。大会は18チームの戦いで高校生も9チーム出場していました。年を重ねたチームも私達ともう1チームいて頑張りました。支え合いの大切さを感じ会場の雰囲気も味わい大変良い体験でした。
特別賞も頂きました。



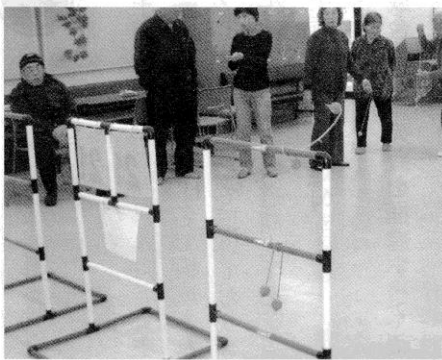
内中原わかたけ会

会長 加茂久雄

国宝松江城の西側・内堀川に接する位置にあたる内中原町は、5つの町内会で構成されている。

現在、内中原わかたけ会は会員数95名で活動している。今年度は5月30日に、ホテル実道湖で総会を開催した。平成26年度活動報告・決算・監査報告、平成27年度主要活動計画・予算等提案し、すべて満場一致で承認された。総会後の懇親会は昼食をはさみ、会員のハイモニカ伴奏に合わせて人生唱歌等全員で合唱、紙破りの長さゲーム等々行い、大いに親睦を深めることが出来た。

さて、「ニュースポーツで健康増進と親睦を深めよう」の趣旨のもとに始めたスカットボール等、継続して実施している。お茶休憩は情報交換の場となり、お話がはずみ練習時間忘れそう、楽しんでます。毎月第4金曜日、10時から約1時間、ふれあいホールです。皆さんのお出かけを待っています。



外中原ことぶき会

会長 平野長平

外中原ことぶき会は、宮ノ丁、中ノ庁、月照寺丁、砂子町及び鷹匠町を地盤とした会員数145名(12月19日現在)の大地帯です。

我が外中原ことぶき会でも、平成28年度は2年に一回の役員改選年度にあたるため、11月から12月にかけて2回の役員会を開催し次期役員人事を内定しました。

今回の次期役員人事での最大の問題は、これまでお世話いただいている地区役員の方々の高齢化が進んでいること及び若手の後継者が少ない状況から、単老会則に定めた地区役員80歳定年制や、若手委員の75歳年齢制限を守ることが難しいという点でした。

このため、「高齢の現・地区役員の方々に続投をお願いし、単老会則に定めた80歳定年制を撤廃すること」となりました。

そのような状況の中でも、女性委員は新たに若手の方に引き受けていただくことができ一縷の光明を見た思いでした。

今後とも会の運営のため、若手の方々はもちろんご高齢でもお元気な方々のご協力をいただきたいと思います。思うとともに、自身も元気であり続けるよう努力をしたいと思うこの年末でした。

茶田ことぶき会



中原ことぶき会

会長 妹尾 欣一

中原ことぶき会は中原町(土手東・土手西・百姓町・小片原)四町と外中原町(愛宕下・清光院下・後町・堂形町)四町の八町会員数113名で構成されており、会員の皆様には積極的に行事に参加出席して頂いており、又2〜3人のグループでそれぞれ足湯に行ったり、宍道湖土手をジョギングや散歩を楽しみながら健康維持に励んでおられます。

今後の活動について

新入会員の加入増につとめ特に60歳台の方の入会を推進すべく頑張りたいと思います。



茶町ことぶき会

芋町 石原 成子

芋町の地名の由来

県庁と市役所の間にある芋町の字は何と読むの「イモ町」それとも「ウ町」と言われ城西地区で最も読めない意味のわからない町名だと思えます。

町内の資料によるとこの一帯は昔末次郷と云われ波止を中心に物資を船で運ばれ末次界隈は豪商も多く大変賑やかな所であったと記してあります。

芋町は当時需要の多かった芋(茎に皮)を取り扱う商人が多いところから芋町と名付けられたとも云われています。

この芋の用途は下駄の鼻結びの芯・袴・蚊屋麻袋・凧の糸・麻綱・壁塗りの漆喰等の用途が沢山ありましたが、現在は殆ど見受けられませんが、読みにくい文字ですが古くから歴史ある町であります。

町名ですので正しく芋町と読んでいただきたいと思えます。

お知らせ

城西ぎざなクラブにおきましては、平成28年3月末を以って全役員の改選時期がやってきます。対象者が多数になることもあり「人事検討委員会」を立ち上げ組織を挙げて人選に取り組むことにしています。

現在、各単位老人クラブ(単老)で「評議会」の人選を、ぎざなクラブの役員人事に取り掛かりますが、原案が出来次第「理事会・評議員会」に諮り、承認を得ることにしています。人選にあたっては、何事にも前向きで意欲のある人材を期待しています。

人事検討委員長 高橋 美行

お仲間紹介

金森さんのメダカ・金魚の御提供

外中原町 楠田耕一

外中原の大先輩金森栄さんは、宮ノ丁にお住まいで御歳89才、本誌発行の時は90歳でご夫妻とも益々お元気に過ごされています。

さて、金森さんといえばご存知の方も多しはず、平成20年度まで城西老人クラブの副会長として10年間務められイベントの時などは献身的にお世話をしていたきました。そしてスポーツマンでもありマスターズの短距離選手として現在でも活躍されています。そもそもなぜマスターズか、それは警察を定年退職され公民館の囲碁サークルに入って居られましたが、運動不足を感じ走るようになられたそうです。71歳でデビューいきなり優勝その後スボレク全国大会出場とか最近では85歳台で全国2位次は90歳台で優勝を目指すという張り切っておられます。

また、若いころは弓道の国体選手として活躍、天皇杯では優勝と、女子の部では監督をつとめられたそうです。平成23年にはNHK TVで練習の姿を放映され御覧になられた方も多しと思います。

さて、本題のメダカ・金魚に付いては毎年城西まつりバザーの時ずっと提供いただいております。飼育のきつかけは何だったのでしょうか、お聞きすると平成5年頃公民館が内中原に有った時です、女性部から文化祭のときに中学生が手伝いをしてくれるので何か考えて欲しいとのこと、そこでメダカを飼育して提供しようと、当時は市内でメダカは居なく斐川町へ行き獲って帰り水槽は田舟を買ってきて飼育されたそうです。

飼育の苦労話もいろいろ有り夏場は高温になり多数死に、深くて大きい水槽に変えたりとか日常の管理など大変です。現在の飼育数は約1000匹くらいです。

金森さんどうかお元気で今後も宜しくお願ひします。



体面のお宝

伝統を守ること

末次町 関谷 満

歳得神信仰・左義長(左吉兆・とんど)の行事として宮練り・髷練りは江戸期正月から始まったといわれている。特に大正4年11月(1915年)大正天皇ご即位の御大典記念には28町宮行列、31町・髷行列、60数台参加者も6000人あったという。

末次町の歳得神の宮は大小、2台現存し大宮は棟札によれば安政6年(1859年)の作で松江市内で最大級と言われている。髷台は昭和44年に新調したものです。

昭和34年、市制70周年記念に23町内が参加し「松江どう宮保存会」を結成し毎年11月3日の松江神社祭に合わせ交替で参加するようになった。今年は大正4年から百周年となる節目の髷行列でした。

近年は開催月が10月となっておりますが我が町は11月3日にこだわって本番と別に開催しております。城西でも髷台を持つている町の中心でありますので「えびす髷祭り」として実施し、周辺の3、4町内が賛同して参加して頂いております。

町内では昔、波止恵比寿神社が有ったことから商店街の名称を今でも「えびす商店街」と言っております。毎年7月13日には阿羅波比神社の本殿に鎮座されている恵比寿さんを神輿に乗せて町内、近隣商店を商売繁盛と健康安泰を祈って太鼓をたたき門付けして廻る。そして町内広場にある御台座に遷座して神官を招き祈願します。

これも伝統行事を守りたいという町民の意思の強さと自負しております。



私の作品

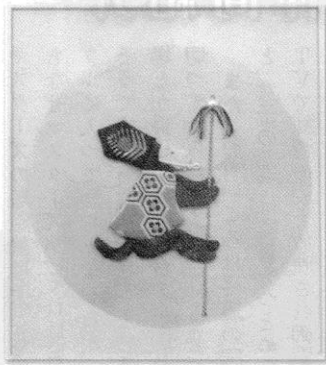
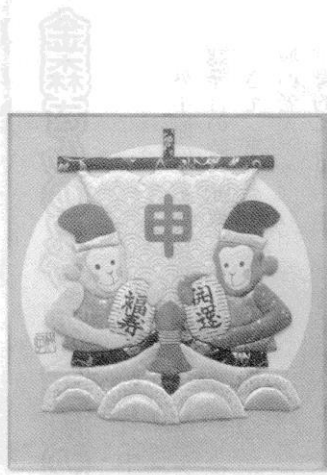
工芸 平文「申」

南平台ときわ会 渋谷敏子さん

私が工芸を始めて20年、いやもう30年になるでしょうか。ちぎり絵やきめ込み、手芸など、いろいろとやってきました。

この2点は、昨年11月の南平台文化祭に向け制作し出展したものです。

完成した時の喜びは、次の作品づくりへの大きなはげみとなっています。



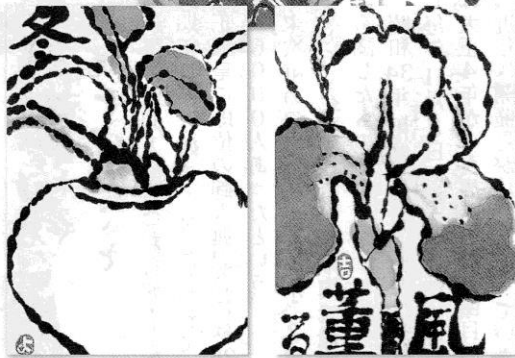
絵手紙

内中原 吉田享子さん

「ヘタでいい・ヘタがいい」につられて、公民館の絵手紙教室に参加して3年、絵心などありませんでしたが気さくな馬庭先生に叱咤激励の指導を頂き、何とか書けるようになりました。

十数名の方と毎月楽しく書いておりますので、興味のある方は教室のある日に覗いて見て下さい。お待ちしております。

絵手紙教室の日は、毎月第2木曜日10時〜12時です。



編集後記

皆様のご支援の下、『お花ばたけ』は70号の発行を迎えることができました。編集員一同感謝申し上げます。

『お花ばたけ』ではきずなクラブの活動をお知らせし、「城西のお仲間」や「城西のお宝」を紹介し、会員同士の交流の場となるよう心がけてきました。また城西地区への一層の愛着をとの思いやさらかなる活躍をとの願いから編集を進めてきました。

今年度の「お花ばたけ」はいかがでしたでしょうか。

諸般の事情から、来年度から年2回の発行となります。紙面を充実させていく所存です。一層のご支援賜りますようお願い申し上げます。

健康で、元気な年でありますようにと神社に詣でました。

編集委員長

阿部國廣