南栗町会花壇優秀賞受賞

上條 貴志子

「島立南栗北交差点」の南栗町会花壇は、長年ボランティアの皆さんの活動で支えられてきましたが、高齢化により令和２年で活動が停止となりました。町会として、次世代を担う子ども参加の花壇づくりで「花いっぱい運動」に繋げたいという想いから、令和３年に再始動しました。

植栽は、初年度は町会・公民館役員とボランティアで行いましたが、今年度は町会役員で縁石を設置し、看板も小学六年生提案の花壇名「栗林フラワーガーデン」と新設して、児童数名の参加で行いました。

子どもを軸にしながら、大人の協力と工夫改善で再スタートした花壇づくりが「花いっぱい花壇コンクール」で優秀賞を頂き、喜びと共に今後の活動の励みとなりました。

信号待ちやウォーキングの癒しになり、南栗町会の潤いとなる花壇で「♥いいね！南栗」を目指して来春が楽しみです。

晩秋の朝

嶋立学校銀杏

令和５年１月１日現在	
世帯数	2,902 世帯
男	3,260 人
女	3,411 人
総人口	6,671 人

シリーズ 御柱

波田の鷺沢山に鎮座する奥社

【四之柱・堀米町会】

10月30日(日)に堀米町会御柱中老会発足会が行われました。今回の中老対象者は、昭和41年4月2日から昭和52年4月1日までの46歳から56歳となり、約20人が参加しました。

発足会は、堀米中老会会長である吉澤正喜氏の挨拶に始まり、総代三役、中老会役員の紹介が行われ、続いて参加者からの挨拶がありました。

【仮見立て】

11月5日（土）には全ての御柱の仮見立てが行われ、御柱総代、氏子総代、青年、中老の役員が御柱候補木を点検しました。最終的に御柱として決定されます。

【根出しと根倒し】

「根出し」とは、ご神木の切り出し行事である「根倒し」を行うために、御柱の根元を掘り下げる作業です。

根倒しでは、神官の儀式のあとに斧入れを行い、切り倒して整えられたご神木に木遣りを捧げます。

【三之柱・大庭町会】

11月20日（日）には大庭町会で采配作りが行われました。16人が参加し、色とりどりの采配が出来上がりました。

青年を中心に、木遣りの練習も始まりました。

【三之柱・小柴町会】

小柴町会では12月4日(日)に采配作り、12月18日（日）に木遣り師の顔合わせがありました。

采配作りには、約40人が参加し、御柱の役員の方々に作り方を教えて頂きながら、大人も子供も自分に合った采配を作りました。

木遣り師の顔合わせでは、自己紹介の後、馴らしも兼ねて「松竹梅」の木遣りを全員で練習しました。これから何回か練習を重ねて、本番に挑みます。

【采配とは】

「采配」は御柱祭の山出しや里曳きの際、氏子たちが力を合わせて曳くために、指揮者が音頭をとるために用いる道具です。人目を引きやすいよう、大きく華やかに作られています。

【今後の予定】

結納（ゆいのう）　一之柱、二之柱　令和5年1月28日（土）

三之柱　1月22日（日）

四之柱　1月21日（土）

本見立て（ほんみたて）　2月12日（日）

曳き綱綯い（ひつなな）　2月～3月

根倒し（ねだおし）　3月4日（土）

四方締め（しほうがため）　3月5日（日）

山出し（やまだし）　3月19日（日）

里曳き（さとびき）　4月23日（日）

9月24日（日）

神降地初冬

血圧を気にしていますか？
―福祉と健康を語る集い―

12月6日（火）に島立公民館で、福祉ひろば事業推進協議会主催の「福祉と健康を語る集い」が開催されました。

最初に健康づくり課の忠地美空保健師よりデータによる島立の傾向を説明いただき、血圧は高めで心臓病も多めであることが分かりました。

続いて「高血圧を予防して健やかな生活を」と題して一之瀬脳神経外科病院の竹野美津子看護師から血圧の仕組みや血圧変化、高血圧になる要因、高血圧の弊害や血圧を下げるために出来ることは何かなどの説明をしていただきました。

最後に同院の塚田美奈子管理栄養士から、食生活の面からの高血圧予防を具体的にお話ししていただきました。

だしを使ってうまみで塩分を下げる、塩分の含まれている食材を多く使わない、香り・酸味・辛味を使う、漬物は大量に作らない、塩分のある調味料を食卓に出さない、野菜を多く食べるなど、減塩の極意を勉強しました。

1日当たり7gぐらいの塩分量、350gの野菜量が良いそうですが皆さんはどうでしょうか。

食品ごとの塩分量(例)	
食品	塩分量
カップ麺	7.1g
うどん	6.6g
鮭の切り身(80g)	1.8g
わかめスープ	0.9g
きゅうりのぬか漬け(5切れ)	0.6g
梅干し(1つ)	0.5g

クリスマスイベント開催

12月9日（金）、島立つどいの広場のクリスマス会が開催されました。

「トライアングル」さんによる、クリスマスにちなんだ手遊びやハンドベル、パネルシアターを親子で楽しみました。

最後にはサンタさんが登場し、子どもたちにプレゼントを渡してくれました。

12月21日（水）には島立地区福祉ひろばのクリスマスコンサートが開催されました。

毎年好評の「音喜楽（おきらく）ボーイズ」さんによる軽快なトークや、バイオリンとチェロの演奏を楽しみました。

三の宮イルミネーション

第51回島立地区芸術文化祭・第17回島立地区福祉ひろばまつり

11月12日(土)～13日(日)

感染症対策を講じながら、ステージ発表、作品展示発表を行いました。内容の一部を写真でご紹介します。

島立小学校ブラスバンド部

音を楽しむ会（ハーモニカ）

さわやかコーラス

こがね会（写真）

高網中学校吹奏楽部

墨勝会（水墨画）

かごサークル（クラフト）

紫水会（絵手紙）

俳画便り同好会

パッチワークの会

花の会（フラワーアレンジメント）

2023年の干支「癸卯」水墨画
勝野壽雄さん（小柴）