

買い物バスが5月24日(水)に運行され、今回は長谷・市山地区の方が対象で、江津のゆめタウンへ。全体で15名で、長谷からは5名の参加がありました。又、機会があれば参加したいとの声も。この取り組みは、主催がさくらえ地区小さな拠点協議会で行うもので、家から離れた大型店舗で買い物をしたいが、交通手段の問題でなかなかいけない地区の皆さんの悩み解決のため試験運行されるものです。対象者は、以上の要件の人で、65歳以上の方が対象です。



楽しいな



ちよつと休憩

里山の話題

ロコモ教室の様子

『ゆるめましょう。ほぐしましょう。力をぬきましょう』
ロコモ教室のエクササイズで大切なのはこれです。
真面目な日本人は、これが苦手！心も体も凝り固まらないように
ロコモ教室で「ゆるめましょう。ほぐしましょう。
力をぬきましょう」

参加申し込みお問い合わせ 090-7541-5031 大畑まで



その空き家活かさせます

江津市空き家バンクに登録しませんか？(親戚や知人宅の空き家などあればお話しください。) 空き家を移住希望者とつなぎ、住まいとして活かします。

つなぐ：ご登録いただいた空き家情報を市のホームページで公開。担当職員がUIターンをお考えの方から住まいに関するご希望をお伺いし、移住後の新たな住まいとして希望に合致した物件とおつなぎします。

活かす：「家は人が住まなくなると傷みが早い」と言われています。空き家は「地域資源」。ぜひ今後の活用についてお早めにご検討ください。新たな入居者を迎え、ふるさと江津の未来に活かす。空き家バンクがそのお手伝いをします。

江津市UIターンのための空き家改修費補助金制度があります。

まずはお電話で！お気軽にご相談ください。

(担当窓口) 江津市地域振興課定住推進係 ☎0855-52-7926 (直通)



夏至(げし)は、日本の四季をわける二十四節気(にじゅうしせつき)のひとつです。二十四節気の中で身近のものは、春分、夏至、秋分、冬至の4つ。これらは、まとめて二至二分(にしにぶん)と呼ばれています。

夏至は、1年でもっとも昼が長くなる日です。6月20日ごろは梅雨シーズン。雨の日はまだ肌寒くなる日もあるくらいです。日本の夏至は、これからどんどん暑くなっていく夏の入り口といったところです。

2023年の夏至は6月21日です。

ちなみに、夏至と冬至の日では日照時間に5時間も差が出ます。



市民と語る会が、5月18日(木)18時30分より長谷交流センターであり、地元21人、市議会議員6名の参加でありました。最初に市議さんより議会報告があり、その後、2グループに別れ、1時間30分超の時間で様々な意見交換を行いました。



桜江民児協は、民生児童委員活動強化週間初日の5月12日(金)に桜江町内の各連合自治会長様に、1日民生委員を委嘱し、PR活動を行いました。小・中学校と桜寿園を全員で訪問した後、各地区で独居高齢者のお宅を1件訪問しました。民生児童委員の存在や活動をお知らせし、理解を深めていただく良い機会になりました。



4月23日(日)に、第91回桜江町グラウンド・ゴルフ親善大会が、川越地区体育館隣接グラウンドにて開催されました。

総勢53名の方の参加で、長谷からは9名の参加でした。

成績(3ラウンド)おめでとうございます!

優勝 湯浅 憲長さん(長谷) 59打

準優勝 加藤 哲さん(川越) 61打

第3位 中曾 和雄さん(川越) 63打



写真は長谷GG教室のものです

6月4日~6月10日は歯の衛生週間

6月4日は6(む)と4(し)の語呂合わせで「虫歯予防の日」と言われています。また、6月4日から6月10日までの1週間は、厚生労働省・文部科学省・日本歯科協会などが歯の衛生週間を実施しています。

日本人男性の平均寿命は81.64歳、女性は87.74歳と世界一長寿大国です。しかし残念ながら、歯の寿命は50~60歳で、高齢になるに従って歯を失う人が多いのが現状です。けれども、日頃から正しい歯磨きなどの口腔ケアをしっかり行っていれば、歯の寿命をもっと延ばすことができます。

最近では、80歳まで20本の自分の歯を持つという『8020運動』も提唱されています。

歯の衛生週間をきっかけに、歯を長生きさせるための口腔ケアを実施する習慣を身につけましょう。



父の日

1909年アメリカワシントン州スポケーンのソノラ・スマート・ドットという女性が、男手1つで自分を育ててくれた父を讃えて、教会の牧師にお願いして父の誕生日である6月に拝礼してもらったことがきっかけと言われている。

彼女が幼い頃、南北戦争が勃発。父ウィリアムが招集され、彼女を含む子供6人は母親が育てることになるが、母親は過労がもとでウィリアムの復員後まもなく亡くなった。以来男手1つで育てられたが、ウィリアムも子供が皆成人したのち亡くなった。

最初の父の日の祝典は、その翌年の1910年6月19日に行われた。当時すでに母の日が始まっていたため、彼女は父の日もあるべきと考え、「母の日のように父に感謝する日」と牧師協会へ嘆願して始まったとされる。本年の父の日は**6月18日(日)**です。



1	木		17	土	
2	金	肺がん検診	18	日	町バレーボール大会
3	土		19	月	
4	日	町ソフトボール大会	20	火	グラウンドゴルフ教室 9:00～. 胃がん検診
5	月		21	水	ロコモ教室 19:30～
6	火	グラウンドゴルフ教室 9:00～	22	木	
7	水		23	金	パソコン教室 13:30～
8	木		24	土	
9	金	パソコン教室 13:30～	25	日	交流センター奉仕作業 7:30～
10	土		26	月	
11	日	陽光苑奉仕作業 8:30、花火講習会 13:30	27	火	グラウンドゴルフ教室 9:00～
12	月		28	水	
13	火	グラウンドゴルフ教室 9:00～	29	木	
14	水		30	金	
15	木	健康教室 10:00～			
16	金				

☆教室の日時等のお問い合わせは、代表者の方へ直接ご連絡ください。



お知らせ



陽光苑奉仕作業

日時 6月11日(日)
午前8時30分より奉仕作業があります。
皆様のご協力をお願いします。



令和5年度肺がん(結核)検診

6月2日(金)
八戸集会所 13:10～13:30
長谷交流センター 13:50～14:10
令和5年度胃がん検診
6月20日(火)
長谷交流センター 13:00～13:30

桜江町ソフトボール大会
6月4日(日)午前8:30～
桜江小学校グラウンド



桜江町バレーボール大会
6月18日(日)午前8:30～
桜江町B&G海洋センター
主催:桜江スポーツ協会



6月25日(日)午前7時30分より
長谷地域コミュニティ交流センターのグラウンド及び周辺の奉仕作業を行います。
今回は、長谷地区です。
長谷地区の皆さんよろしくお願いします。

長谷里山だより

【編集・発行】

長谷里山づくり協議会

〒699-4431

江津市桜江町長谷 1587-2

☎ 0855-92-1218

～未来につなげるぬくもりのある明るくやさしい長谷～

2023年6月

長谷地区データ(令和5年4月末現在、()は前月比)

人口242人(-2)世帯数134世帯(-2)男100(-1)女142(-1)高齢者率51.24%



5月11日(木)、風の国の三島ファームさんが、さくらえ保育園の、3歳さんから5歳さんの園児24名が、いちご狩りに招待されました。園児の皆さんは、いちごをほおばり、“あまーい”や“おいしー”の音がハウス内に響いていました。次に、跡市羊牧場に移動し、羊とのふれあい体験をしました。最初は羊の声に驚いていたようですが、触ってみて“もこもこしてかわいい”や“気持ちいい”と触れ合っていました。いい体験ができた様です。天候に恵まれ、良かったです。



三島ファームさんでは、2020年よりハウスの修繕を始め、2021年よりイチゴ栽培を開始されました。現在、よつぼしという品種を栽培されています。一般の方のいちご狩りを、6月末ごろまで、毎週日曜日に行っておられます。是非、行って見られては。おいしいですよ!



安達さんの説明

イチゴのビールやジャム



令和5年度 第1回 健康教室のご案内

日時 6月15日(木)午前10時～(午前9時30分～受付開始)

場所 長谷生活改善センター

内容 ・フレイル予防について

・熱中症予防について

・血圧測定、健康相談

※健康手帳、`いき、`いき、手帳(江津市介護予防手帳)をご持参ください。

