

五望の郷



退任のあいさつ

矢萩 忠孝

今年は、例年になく寒い日が続いてましたが、三月に入って日毎に暖かさが増し、やっと春の息吹を感じる季節を迎えましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて私こと、皆様にお世話になりながら勤めてまいりましたが、川越地域コミュニティ交流センター長及び川越まちづくり協議会事務局長をこの三月で退任することになりました。

振り返ってみますと、川越地域コミュニティ交流センター長として一年、事務局長として三年間川越まちづくり協議会の立ち上げ、地域づくり計画の策定と実施に携わってまいりました。この間、川越地域の活性化に少しでも役に立てればと頑張ってきましたが、成果を残すことが出来なかったこと、深くお詫びいたします。

今後は出来る範囲で、川越地域の活性化に微力ながらお手伝いできればと思っております。

これまで支えて下さった川越地域の皆様にお礼申し上げ退任の挨拶いたします。



～地域で支えよう！認知症（応用編）～

先月行われた出前講座（基礎編）に引き続き、今回は（応用編）を行いました。講師に市健康医療対策課 保健師の小田さん、桜寿園から滝野さん、山崎さんにお越しいただき、最初に前回のおさらいをし、次に認知症の進行度によって必要となる医療や支援サービスが違ふことや認知症が疑われる場合一人で悩まず、まずは相談することが大事ですと教えていただきました。保健師さんやヘルパーさん達による楽しい寸劇もあり、グループに分かれて認知症について話し合いました。

認知症に対して様々な支援サービスやネットワークがあることを知ることができた有意義な出前講座でした。

こうした講座を継続して行い、もっと沢山の地域の方々に認知症を理解してもらい認知症になっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができる川越を目指しましょう。

3月18日(日) 川越地区出前講座
認知症サポーター養成講座 参加者27名

健康福祉部
健康づくり
推進会



第36号
平成30年
4月発行
発行・編集
川越まちづくり
協議会
(通算322号)

川越地区人口
(H30.2月末)
男性 274人
女性 328人
計 602人
世帯数 305
高齢化率
50.50%

水の国で 戯曲を朗読！

去る3月10日午後、水の国で矢代誠一作の戯曲「宮城野」の朗読がありました。江戸時代の色街の男女の物語を出演者（おさらい会）たちは、よくとおる声で朗読（リーディング）され、参加者は物語の内容と朗読演技に感心し、出演された「おさらい会」さんに心から拍手をおくりました。



三江線沿線ウォーキング

3月11日、鹿賀駅から交流センターまで歩いて、三江線や川越地区の先輩の碑などを巡るウォーキングが行われました。幼児から高齢者までの総勢27名が参加し、3時間余りの歩きで疲れながらも、川越地区についての認識を新たにしました。また、歩く途中で、井戸公（芋殿さん）の朗読も行われ、先人の遺徳をしのびました。

交流センターでは、食べ切れないほどの御馳走の入った手作りのお弁当を皆で食べて、そのあとは歩いた写真を見ながら、川越を考えるワークショップをして終わりました。



後期健康教室

3月13日
参加者20名

川越地区健康づくり推進会では、今年度最後の健康教室を行いました。講師に市健康医療対策課の管理栄養士の加藤さん、保健師の石原さんを迎え、**高齢者の低栄養を予防**する食事の採り方や食べ方の工夫、日ごろの生活などについてお話をしていただき、最後に食べる機能の低下を防ぐ「お口まめな体操！」を皆さんで行い終わりました。そのあと食改さんが作られた軽食を美味しくいただきました。



貝だくさんの味噌汁

“ほほ”のストレッチ

おもに かみにくい、口が渇く、食べこぼしや
よだれなどの症状が改善されます。

①左のほほを
膨らます



②右のほほを
膨らます



③両ほほを
膨らます



④「ぶっ」と音が出る
ように両手でつぶす



唾液がよく出るためのストレッチ（唾液腺マッサージ）

おもに ムセや痰のからみ、口が渇く
などの症状が改善されます。

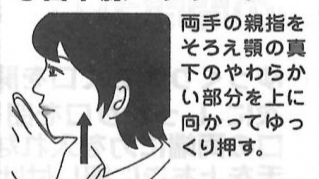
①耳下腺マッサージ



②顎下腺マッサージ



③舌下腺マッサージ



唾液には、飲み込みやすくする、口の中の細菌の活動抑制、消化を良くするなど効果があります、自宅でもやってみましょう！

桜江小学校

13名が卒業

春にしては寒い3月20日、桜江小学校の卒業証書授与式が行われ、希望に胸を膨らませた13名が卒業しました。地域の人や保護者が見守る中、一人ひとりに卒業証書が手渡されました。校長先生からは、西郷隆盛の「雪に耐えて梅花麗し」を例にひかれ、励ましの言葉が延べられ、在校生の送る言葉と卒業生の答辞の後、校歌を斉唱して式を終わりました。卒業生の今後の発展をお祈りします。

川越地区の卒業生は
次のとおりです。
山藤光葉さん（渡）
山根遙太さん（下大貫）



桜江中学校

20名が卒業

去る3月10日、好天の下桜江中学校の卒業式が行われ、希望に胸を膨らませた20人が卒業していきました。地域の人や保護者が見守る中で、一人ひとりに卒業証書が手渡されました。校長先生からは、在校中の思い出とともに励ましの言葉が延べられ、在校生の送辞と卒業生の力強い答辞があり、式歌と校歌を斉唱して式が終わりました。今後のご発展をお祈りします。

川越地区卒業生は
次のとおりです。
甲山 竜さん（大貫）



展示一新！

館収蔵品展 「外見よりも中身が肝心」

故反田一之が収集した隕石・化石・鉱物・岩石や多くの人達から寄贈していただいた医師の標本を新たに展示替えし、博物館は外見よりも中身が肝心であることを強調した展示です。また、甘南備寺山周辺の自然や市内の特徴ある自然史なども合わせて展示しています。また、期間中は当館の自作パソコンをすべて開放して無料でオンラインゲームもやりホーダイです。

日時：4月29日（日）から5月6日（日）午前9時～午後6時
場所：桜江町大貫の小さな自然館
料金：大人200円 小中学生100円 6歳未満無料
連絡：0855-93-0795（小さな自然館）

小さな自然館より
お知らせ

教育文化部

子ども読書会からのお知らせ

子ども読書会&お別れ会

日時：4月7日（土） 10:00より
場所：川越交流センター研修室
内容

- ・読み聞かせ図書
「999 ひきのきょうだいのおひっこし」
「100 かいだてのいえ」
- ・6年生を送る会



みんな誘って遊びにきてね！！

グラウンドゴルフ競技会の結果

第3回川越定例・第5回松林杯 グラウンドゴルフ競技会

開催日時：3月25日（日）
9:00～11:30
開催場所：川越地域コミュニティ
交流センターグラウンド
参加者：19名
成績（3R）

優勝 山藤 正弘 51打(HO2)
準優勝 反田 正行 56打(HO0)
第3位 岡本 八郎 59打(HO2)
当初計画は20日（火）の予定でしたが、雨の為延期、この日は好天の中で開催できました。

見なければ良かった事もある事実
お隣の灯りを待って覗き見る
リハビリの右手で覗くはぐれ雲
呼び合って集うサロンだ田舎道
田舎へは戻りたくないハトポッポ
トンネルを出ると桜江だった雪
これからも小さな石を拾いつつ
老いるとは一升瓶がちと重い

左右田千代子
原田ミツヨ
山崎ヤエコ
窪田キミエ
楸 清子
井上 松美
平田千恵子
高橋久美子
船津 重信

台所食欲そそる鍋料理
あの雲に悩みを乗せて吹かれない
十人十色丸く納まる火消し壺
吹きだまり身を寄せ合って寒しのぐ
漁り火を浴びて頑張るイカの味
過疎守る老いも若きもボランティア

小笠原かおる
中島 栄子
佐藤 泰子
尾原美和子
小松 健治
横田 純枝
山藤 照恵
高橋 麗子

カレンダー一枚めくる台所
人生は台本にない不意の乱
あちこちに踏み台置いてヨッコラシヨ

四月の川柳句会のご案内
日時 四月 七日（土）
午後一時半
場所 川越交流センター
《課題》意地・肌・探す・節目
動く・うれづれ（各二句）

4月1日から三江線の 代替交通(バス)がスタート

JR 三江線が3月31日の運行を最後に廃止され、4月1日からバス路線の運行が始まります。国道261号線を走る幹線バスと江の川左岸を運行する生活バスに変わります。詳しくは、各戸配布の運行時刻表等でご確認ください。

香典返しお礼
川越まちづくり協議会へ
和田 ひろ子 様（故 和田 恒樹 様）
小田原 功郎 様（故 小田原 月江 様）
杉原 サミ 様（故 杉原 正高 様）
社会福祉協議会川越支会へ
小田原 功郎 様（故 小田原 月江 様）
御厚志に対し厚く御礼申し上げますとともに、
謹んで故人の御冥福をお祈りいたします

26	23	21	16	15	13	12	11	10	9	7	2
木	月	土	月	日	金	木	水	火	月	土	月
いきいきスポーツ(ボールエクササイズ) 午前9時45分	絵画クラブ 午前10時	大正琴練習 午後2時	安心ひろば	県政報告会 午後1時	手芸の会 午前10時	絵てがみ教室 午後1時半	まめなくん体操 午後1時半	桜江小・中学校入学式	安心ひろば	子ども読書会&お別れ会 午前10時	古文書に親しむ会 午後1時半

4月 行事予定