

令和2年度「梅しそ巻」づくり始まる

里山の 話題

そよ風会の看板商品「梅しそ巻」づくりが始まりました。
朝早くから夕方まで手際よく作業しておられます。
長谷の味と言ってもよい梅しそ巻、多くのファンの方が
期待しておられると思います。出来上がるのは10月頃
だそうです。



7月30日は「梅干しの日」

梅干しを食べると難が去ると言われていることが由来だそうです！

和歌山県のみなべ町の東農園が制定した記念日。なぜ7月30日なのかというと、昔から梅干しを食べると難が去ると言われることから、「なん（7）がさ（3）る（0）」という語呂合わせで、この日を「梅干しの日」としたのだそうです。

疲労回復を期待できるクエン酸がたっぷり含まれた梅干しは、もともと夏にこそ接種しておきたい食品でもあります。

昔の人は梅干しを薬として持ち歩き、旅先で熱病や風土病などの病気にかからないように心がけていたそうです。これに加えて梅干しは「食べ物、水、血」の三毒を断つ果実と言われ、体調を崩しがちなこの時期には、ピッタリの食べ物なんです。



熱中症に気をつけましょう！

熱中症は、高温多湿な環境に、私たちの体が適応できないことで生じる様々な症状の総称です。

症状：めまいや顔のほてり、筋肉痛や筋肉の痙攣、体のだるさや吐き気、汗のかきかたがおかしい、体温が高い、皮膚の異常、まっすぐ歩けない、呼びかけに反応しないなどの症状が出たら危険です。

予防・対策：水分をこまめにとろう、塩分をほどよく取ろう、睡眠環境を快適に保とう、バランスのよい食事をしよう、衣服を工夫しよう、冷却グッズを身につけよう、飲み物を持ち歩こう、こまめに休憩をとろう。

応急処置：涼しい場所へ移動しましょう、衣服を脱がし体を冷やしましょう、水分や塩分を補給しましょう、危険だと感じたらすぐ医療機関へ。これからどんどん気温が上がります、炎天下の作業は特に気をつけましょう。



芋ほり体験圃場整備始まる

「温泉リゾート風の国」では、風の国事業実行委員会を設置し、周辺の豊富な自然を生かした体験事業等のイベントを企画して、特に県外等からの集客を図り、地元に賑わいを作ることによって地域を活性化することを考えられておられます。長谷里山づくり協議会も会員になっています。

その取り組みのひとつとして、長谷体育館下の休耕田を利用し、秋の芋掘り、焼き芋体験を行うため、農家の牛尾さんを中心に風の国の従業員の皆さんと協議会の作業班総勢16名で6月4日木曜日、芋植え及び、周囲の防護柵を設置しました。



猿の追い払い講習会

6月7日(日)、都治地域コミュニティ交流センターで開催され、長谷から8名の方に受講して頂きました。

今後、追い払いにご協力をお願いすることになります。

受講者の皆さんです。

長谷地区：千代延俊介さん、森下豪さん

八戸地区：松田重夫さん、服部満さん、大崎重喜さん、松田明信さん

山中地区：渡辺順明さん、樽床長司さん です。



江津市社会福祉協議会長谷支会より各地区の集会所へ血圧計を贈呈いただきました。長谷は地域コミュニティ交流センターにあります。集会などありましたらご自由にお使いください。





1	水		17	金	
2	木		18	土	
3	金		19	日	
4	土		20	月	
5	日		21	火	手芸教室 9：30～
6	月		22	水	
7	火		23	木	
8	水		24	金	パソコン教室 13：30～
9	木		25	土	
10	金	パソコン教室 13：30～	26	日	
11	土		27	月	
12	日		28	火	グラウンドゴルフ教室 9：00～
13	月		29	水	
14	火	グラウンドゴルフ教室 9：00～	30	木	
15	水	里山ココモ教室 19：30～	31	金	
16	木				

☆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



マダニに注意！！

ダニ類は様々な感染症を媒介します。『重症熱性血小板減少症候群』『つつが虫病』『日本紅斑病』等は、ダニ類に刺されることにより感染します。マダニは、シカやイノシシ、野ウサギなど野生生物が出没する環境に多く生息しています。また、民家の裏山や裏庭、畑、あぜ道などにも生息しています。

<もし咬まれたら>

皮膚についたマダニを無理に引き抜こうとすると、マダニの一部が皮膚内に残ってしまうことがあるので吸血中のマダニに気が付いた際と、咬まれた後に、発熱、食欲低下、嘔吐等の症状があった場合には早めに医療機関を受診、処置をしてもらってください。

予防のポイント

肌を出来るだけ出さないよう長袖、長ズボン、手袋等をしましょう。肌が出る部分にはダニ用の防虫スプレーを噴霧しましょう。地面に直接転んだり腰を下ろしたりせず敷物を敷きましょう。帰った後は外で衣服をよく払いすぐに体をよく洗い新しい服に着替えましょう。

長谷青壮年協議会主催の納涼大会は（8/15）本年は新型コロナウイルス感染防止のため中止となりました。

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

2020年7月

～未来につなげるぬくもりのある明るくやさしい長谷～

長谷地区データ（令和2年5月末現在、（ ）は前月比）

人口 269 人（-1）世帯数 146 世帯（+0）男 114（+0）女 155（-1）高齢者率 49.44%

土砂災害から家族を守るには

「日頃の備え」と
「早めの避難」が
重要です！



がけ崩れ：がけに雨水がしみ込み、弱くなった斜面が瞬時に崩れ落ちます。

土石流：谷あいの岩や土砂が、豪雨等により水と一緒にいっきに流れ出します。

地すべり：比較的緩やかな斜面で、地下水の影響などにより斜面がゆっくり動き出します。一度に広い範囲が動くため、被害も大きく、川をせき止め洪水を引き起こすこともあります。



家族で危険個所、避難場所を確認！

大雨の時は、防災情報に注意！

非常時の持ち出し品を確認！

ご近所と声をかけあって、みんなで避難！

