

伊佐の魅力を発信!

地域おこし協力隊 VOICE

新メンバーをご紹介します。



さのり

はじめまして。5月から伊佐市へ移住をし、地域おこし協力隊に就任をした佐野るりです。

私は東京の住宅街で生まれ育ち、美術大学で陶磁器を専攻した23歳です。遠い街から伊佐市へ来た経緯は、ひよんなことからでした。大学時代は、土のやわらかさを残す手法を探究しました。また、土器料理をしている人との出会いもあって、頂いた土や身近で掘った土で土器の制作をしていました。

卒業後、「大学時代のようなことも続けていきたい」「しかし既存のやきもの作家の軸ではないところで生きていきたい」など、漠然と考えていたところ、伊佐市の地域おこし協力隊の求人が目にとまり、今に至ります。

初めまして。5月に東京から参りました。新人協力隊、田畑敦大です。



たばたあつひろ

まだ大学を出たばかりのペーパーですが、あたたかく時には厳しくご指導ご鞭撻いただけると幸いです。(佐野るり)

New Face



私の活動課題は、移住・定住支援や空き家バンクの補助です。ですが、今はまず研修や散策を通じて、伊佐や空き家のことを知る日々を過ごしています。2つの意味で「物」好きな私には、興味を惹かれるものがいっぱいで飽きませ

新たに3人の隊員が着任!



石田萌さん 田畑敦大さん 佐野るりさん

そんな中発見した魅力的な「物」の一つとして、今回は松山紙店さんで出会った鉛筆削りをご紹介します。DUXの真鍮製ダイヤル調整式鉛筆削り。ドイツ製のこの鉛筆削りは、東京銀座の某有名文具店曰くメーカー廃番ということで、東京でも中々取り扱っておらず、もう日本じゃ手に入らないかと思っていました。物が激しく流れる都会ではなかなか出会えないようなものが、地方の小売店さんでは出会うことができる。これもまた、地方の魅力と言えるかなと思うこの頃です。



(田畑 敦大)

7月開催の「企業・事業所合同説明会」チラシ & ポスターをデザインしました。

田崎



いろいろな木で燻製を試したいので、果樹の木など剪定して不要な枝等あれば頂きたいです!

小仲



先日、忠元公園で高校生と古着屋さんをやりました!夏の企画もやってみます!

着任して1年が経ちました。今後も何卒よろしく願いいたします!



New Face

石田

※来月のコラム担当



金山



清永

110番 だより

加齢に伴う視覚機能低下に ご注意！

加齢に伴う視覚機能の低下は自覚症状が乏しく、気づかないまま運転を続けている可能性があります。重大な事故につながる恐れもあります。重大な事故につながる恐れもあります。定期的な健診を心掛けましょう。



○**加齢に伴う視覚機能低下**
対向車のライトなどの明るい光があるとき、ぎらついて見えにくくなる現象を「**げん惑**」といいます。視力が回復するまで、高齢者はよりの多くの時間を必要とします。

○**げん惑**されやすくなる

「危ない」と感じたら、無理せず、安全に止まり、視力の回復を待ちましょう。

○**視野が狭くなる**

前方を見たときに見える範囲は、両目で200度程度ですが、高齢者は動体視力の低下と相まって視野が狭くなり、周辺視野への注力の低下にも繋がります。

左右の安全は「頭」を動かして、

○**目の病気による見えづらさ**
加齢により発症する白内障は、見え方がぼんやりとしたり、視界全体がかすんで見えづらくなる症状があります。緑内障や加齢黄斑変性などの病気も自分では気づきにくいので、眼科でチェックしてもらいましょう。

特に夜間は光が乱反射して眩しく見える場合があります。なるべく、夜間運転は控えましょう。

○**車の運転をしない高齢者も歩行中は注意が必要です**

・横断をする前に必ず左右を確認する。

・青信号が点滅したら渡らない。
・暗くなる前から反射材を着ける。
・交通事故の被害者や加害者にならないようにしましょう！

左右の安全は「頭」を動かして、

問い合わせ先 伊佐湧水警察署 ☎22-0110

あなたらしく生きる 人生の年輪

伊佐市の「認知症カフェ」に 参加してみませんか？

伊佐市には、「認知症カフェ」が5か所あり、定期的に開催されています。

「認知症カフェ」は、認知症の人や家族、地域の人たちが集まって体操やレクリエーション、茶話会などの交流をしながら認知症のことを知り、楽しいひと時を過せる場、誰でも気軽に参加できる場です。

5月25日には、市内で5か所目となる「認知症カフェ」が南永地区にオープンしました。明るく楽しい雰囲気の中で、認知症のお話、体操、レクリエーション、お茶飲みなどを参加者もスタッフも笑顔で楽しんでいました。



認知症カフェでは、交流を通じて認知症や介護の相談などもできます。また、どの「認知症カフェ」も住んでいる地域に関係なく参加自由ですので、気軽にお立ち寄りください。

名称	日時 (毎月の曜日)	場所	運営
伊佐のカフェ おれん家 in 金波田	7月1日 (第1木曜日) 9:30 ~ 11:00	金波田地区集会施設 (金波田公民館)	金波田いきいき サロン
まごしでカフェ	7月7日 (第1水曜日) 13:30 ~ 15:30	まごし館	土生 さとみ氏
しあわせ café ミモザ	7月24日 (第4土曜日) 14:00 ~ 16:00 ※奇数月のみ	ナチュラルカフェ ミモザ (大口病院となり)	医療法人慈和会 大口病院
南永で☆カフェ	7月27日 (第4火曜日) 10:00 ~ 12:00	南永校区コミュニ ティセンター	山下 晴喜氏
伊佐のカフェ おれん家	7月29日 (第4木曜日) 9:30 ~ 11:00	大口元気こころ館 (世代間交流室)	認知症支援の会 オレンジのわ

**高齢者元気度
アップ・ポイント事業**

7月の対象活動

○肺がん検診、元気アップ
ポイント忠元

問い合わせ先 長寿介護課 (地域包括支援係・高齢者支援係) ☎23-1311

健康 + コーナー



「3密」を避けながら 熱中症を予防しよう

熱中症は気温が高いなどの環境

下で、体温調節の機能がうまく働かず、体内に熱がこもってしまうことで起こります。熱中症にならないために、新型コロナウイルス感染防止のため「3密」を避けつつ、十分な対策を行いましょ

気温や湿度が高い日は、熱中症の発症数が急増

熱中症は毎年7月から8月に多く発生しています。梅雨明けの蒸し暑くなる7月には、体が暑さに慣れていないため、例年熱中症による救急搬送者数が急増しています。

私たちの体は血管を広げて外気に体内の熱を放射したり、汗をかいて蒸発させて体温の急激な上昇を防いでいます。しかし、気温が高いと体内の熱は放散されず、湿度が高いと汗は蒸発しません。

熱中症は周りの温度に体が対応することができず、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能がうまく働かないことなどが原因で起こります。特に、小さい子ども、高齢者、体調不良の人などは熱中症になりやすいので注

意が必要です。

熱中症は予防が大切

熱中症は命にかかわる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。新型コロナウイルスの感染を防ぎながら、新たな生活様式の中で、熱中症を予防しましょう。

○窓を開ける等換気をしつつ、エアコンで温度設定をこまめに調



整しましょう

○屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合は、マスクをはずすようにしましょう

○特にマスクをすると、喉の渇きに気づきにくいので、喉が渇く前に、こまめに水分を補給しましょう



○日ごろから体温測定や健康チェックをしましょう

熱中症の症状が現れたら、 まずは涼しい場所へ



熱中症になると次のような症状が現れます。症状は急速に進行し、重症化しますので、軽症の段階で早めに異常に気づき、応急処置をすることが重要です。

重症度	主な症状	処置
軽症	めまい・失神、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、大量の発汗等	冷所で安静、体表冷却、水分・塩分の補給
中等症	頭痛、気分の不快・吐気・嘔吐、力が入らない、体がぐったりする	病院への搬送が必要
重症	意識がなくなる、けいれん、歩けない、高体温等	入院・集中治療が必要



(日本救急医学会)

学びと交流による地域のきずな

豊かな自然環境を生かし、今からおよそ30年前から全校児童による田植え、稲刈りなどが行われていた針持小学校。時は流れても、流されず守り続けている教育活動が米作り体験です。種まき、田植え、稲刈り、脱穀、そして収穫祭を兼ねた餅つきなど、全ての活動において、

校区老人クラブ連合会の方々の指導と支援をいただいています。米作りの一連の流れを学ぶとともに、活動の中で、老人クラブの方々との交流も深めています。

老人クラブの方々との交流により、子どもたちの高齢者を敬い大切に作る心が育ち、また、老人クラブの方々は、活動への参加が生きがいとなっているようです。活動中の交流によって、他の行事などへの協力や参加も増えてきています。そして、学びの中で交流を深め地域とのきずなを確かなものにしていきます。いずれ地域を背負う子どもたちも、この思いを引き継いでいくことでしょう。

「こんな子どもに育てたい。」という学校と保護者、地域の思いや願いを共有して、さまざまな活動を実践していきたいと思えます。

- 1 体験学習～目的や目標を明確に～
子どもたちにできることは子どもたちに
- 2 元気なあいさつ 自己主張のできる子どもに

かがやく!!!

針持小学校

vol. 3



森 章郎 校長

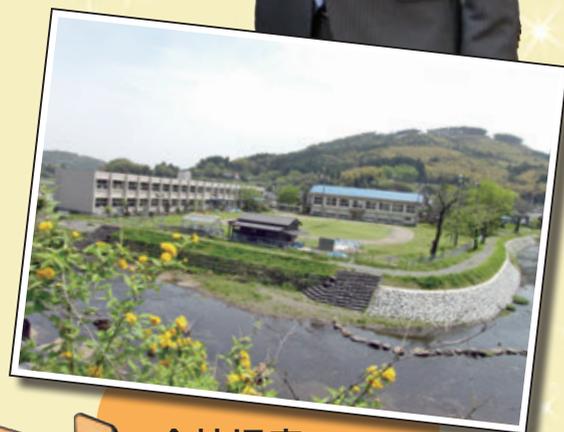


今月の表紙

雨でも へっちゃら!

6月12日、針持小学校の児童が地域住民のみなさんと田植えをしました。

当日は、あいにくの雨でしたが、最後まで元気に苗を植えました。



全校児童
23人



Welcome to Library

図書館へようこそ



夏休み期間は
休館日も開館し
ます(大口図書
館のみ)

【おすすめの一冊】 (新刊全点案内より引用)

【児童】 おしゃべり森のものがたり 小手鞠るい



楽しみにしていたアメリカ旅行。なのに、母の海外転勤に悩む舞の心には、つめたい風がふいてばかり。でもアメリカでのたくさんの出会いと、にぎやかな「おしゃべり森」で過ごす時間がこごえそうな心を少しずつあたたためて…。

(出版：フレーベル館) 所蔵館：両館

【一般】 星落ちて、なお 澤田瞳子



不世出の絵師、河鍋暁斎が死に、これまで家の中で辛うじて保たれていた均衡が崩れた。一門の行末は、娘とよ(暁翠)の双肩にかかっているのだが…。激動の時代を生き抜いた女絵師の一代記。

(出版：文藝春秋) 所蔵館：両館

【7月の図書館カレンダー】

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

■ は休館日 ○ はイベント

開館時間 火～土：9時～18時
日・祝日：9時～17時

※26日は大口図書館のみ開館



春の図書館まつりの様子

※菱刈図書館ではブックリサイクルコーナーを常設しています。定期的に入れ替えていますので、ぜひご利用ください！

【今月の新刊本】

【児童】		所蔵館
そらまめくんのまいにちはたからもの	なかやみわ	両館
もりの100かいだてのいえ	いわいとしお	両館
帰れ野生のロボット	ピーター・ブラウン	両館
どろんこおぼけになりたいな	内田麟太郎	両館
カブトムシの音がきこえる	小島渉	大口
【一般】		所蔵館
空の王	新野剛志	両館
インドラネット	桐野夏生	両館
薔薇のなかの蛇	恩田陸	両館
評伝 朝鮮総督府官吏・吉田正廣とその時代	坂根嘉弘	大口
絵本のお菓子	太田さちか	菱刈

※市ホームページの新刊案内で上記以外の本も紹介しています。

【イベント情報】 ※新型コロナウイルス感染症の影響を考慮して中止や延期する場合があります。

○ふれあいメルヘンひろば

日時 7月24日(土) 10:30～11:00

場所 大口図書館

内容 図書館ボランティアによる絵本や紙芝居の読み聞かせ

○夏休み自由工作

日時 7月30日(金) 10:00～11:30

場所 大口ふれあいセンター1階和室

○英語えほんのよみきかせ会

日時 7月31日(土) 10:00～10:30

場所 大口ふれあいセンター1階和室

問い合わせ先

大口図書館(大口ふれあいセンター内) ☎220417

菱刈図書館(菱刈ふるさといきがいセンター内) ☎263000

やさしいまち



野草薬草館
ワークショップ



ホームページ



申込先

参加申込は
こちらから

身近な野草・薬草を学びませんか
やさしいまちでは、毎週火曜日に「身近な野草・薬草を食べる健康に」をコンセプトに、ワークショップを開催しています。「メドハギ」を使った回では、カップケーキを作りました。メドハギは公共工事などで土手など土留めにも使用されており、河川敷などによくあります。韓国では滋養強壮や糖尿病の改善・美容の効果効能で知られている薬草です。

今回はメドハギ茶をミルクソーで粉砕してパウダーにして、ちやん家の野草料理ランチ付です。（参加費3,300円税込）

メドハギカップケーキを作りました。
このように薬草の知識を学びながら、美味しく野草を取り入れて健康になるワークショップを毎週火曜日（偶数日は食ワークショップ・奇数日は物作りワーク）に開催しています。野草庵おぼあ



-メドハギ-

問い合わせ先 ㈱やさしいまち ☎ 0120-85-8341 または ☎ 0995-24-4631

伊佐ブランド認証「米」申請受付

伊佐ブランド認証制度とは

一定の基準を満たす伊佐のすぐれた産品を「伊佐ブランド品」として認証する制度です。認証されたお米には「認証シール」を貼り、県内外へ広くPRします。



対象米 令和3年産米
(ヒノヒカリ、あきほなみ)

申請者
市内の生産者及び販売者（個人、生産組織、農協、集荷業者等）

認証区分 「伊佐米」、「伊佐特選米」
伊佐米、伊佐特選米にはそれぞれ認証基準があります。
詳しくは、お問い合わせください。

- 必要な書類**
- ① 伊佐ブランド認証申請書
 - ② 「米」認証申請書
 - ③ 栽培管理計画書

申請期限 7月30日（金）

申請・問い合わせ先 農政課農業政策係 ☎ 23-1311 内線 2247